Liz Marvin

WingsBooks

SỐNG NHƯ NHỮNG CÁI CÂY

Những bài học nhỏ
để có nguồn hạnh phúc bất tận

Annie Davidson *minh hoạ*
Nynie *dịch*



KIM ĐỒNG Nhà xuất bản Kim Đồng



LIZ MARVIN

Liz Marvin là biên tập viên tự do với hơn tám năm kinh nghiệm làm việc tại Penguin Random House - một trong những nhà xuất bản hàng đầu thế giới. Sau khi chuyển sang làm việc tự do từ năm 2016, cô đã hợp tác với nhiều đơn vị xuất bản lớn trên thế giới (HarperCollins, Pan Macmillan, Simon & Schuster, Hodder, Michael O'Mara...) trong công việc biên tập và sáng tác.

www.nxbkimdong.com.vn
www.facebook.com/nxbkimdong
www.facebook.com/kimdongwingsbooks

Duong Kobo's Book Club

Tủ sách Kỹ thuật số
dành cho
Kindle & Kobo



SCAN TO JOIN

SỐNG NHƯ
NHỮNG CÁI CÂY

How to be more tree
First published in Great Britain in 2019 by LOM ART,
an imprint of Michael O'Mara Books Limited

Xuất bản theo Hợp đồng bản quyền giữa Michael O'Mara
Books Limited và Nhà xuất bản Kim Đồng, 2019

WingsBooks

SỐNG NHƯ NHỮNG CÁI CÂY

Những bài học nhỏ để có nguồn hạnh phúc bất tận

Liz Marvin
Annie Davidson *minh hoạ*
Nynie *dịch*

Nhà xuất bản Kim Đồng

SỐNG NHƯ
NHỮNG CÁI CÂY

(Tái bản lần thứ 2)

NHÀ XUẤT BẢN KIM ĐỒNG
55 Quang Trung, Q. Hai Bà Trưng, Hà Nội
ĐT: (024) 39434730 - (024) 39428632
Website: www.nxbkimdong.com.vn
Email: info@nxbkimdong.com.vn

CHI NHÁNH NXB KIM ĐỒNG TẠI MIỀN TRUNG
102 Ông Ích Khiêm, TP. Đà Nẵng - ĐT: (0236) 3812335
Email: cnkimdongmt@nxbkimdong.com.vn

CHI NHÁNH NXB KIM ĐỒNG TẠI TP. HỒ CHÍ MINH
248 Cống Quỳnh, Q.1, TP. Hồ Chí Minh
ĐT: (028) 39251001 - (028) 39250987
Email: cnkimdong@nxbkimdong.com.vn

Chịu trách nhiệm xuất bản: Giám đốc BÙI TUẤN NGHĨA
Chịu trách nhiệm nội dung: Tổng Biên tập VŨ THỊ QUỲNH LIÊN
Biên tập: TẠ DIỄM MY
Trình bày: PHẠM QUANG VŨ
Sửa bài: DƯƠNG LINH TRANG - HƯƠNG LAN

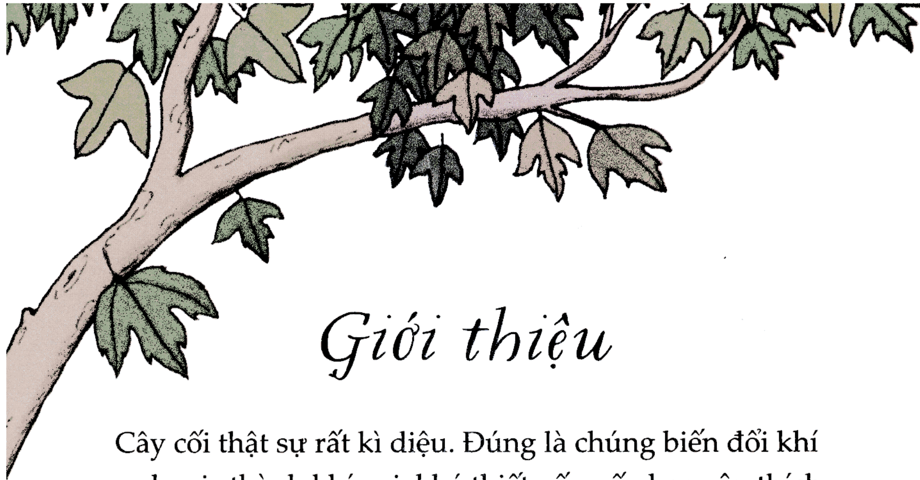
In và gia công 2.000 bản - Khổ 13 cm x 19 cm
Tại Công ty CP In và Văn Hóa Phẩm Hà Nội
Địa chỉ: Thôn An Hạ, xã An Thượng, huyện Hoài Đức, Hà Nội
Số xác nhận đăng kí xuất bản:
168-2022/CXBIPH/713-4/KĐ cấp ngày 17/01/2022
Quyết định xuất bản số: 2832/QĐKĐ kí ngày 17/10/2022
In xong và nộp lưu chiểu quý 4/2022
Isbn: 978-604-2-26387-0

Biên mục trên xuất bản phẩm của
Thư viện Quốc gia Việt Nam

Marvin, Liz
Sống như những cái cây : Những bài học nhỏ để có nguồn hạnh phúc bất tận / Liz Marvin ; Minh hoạ: Annie Davidson ; Nynie dịch. - Tái bản lần thứ 2. - H. : Kim Đồng, 2022. - 128 tr. : hình vẽ ; 19 cm
Tên sách tiếng Anh: How to be more tree
ISBN 978-604-2-26387-0

1. Tâm lí học ứng dụng 2. Cuộc sống 3. Hạnh phúc
158.1 - dc23

KDF3468p-CIP



Giới thiệu

Cây cối thật sự rất kì diệu. Đúng là chúng biến đổi khí cacbonic thành khí oxi, khá thiết yếu nếu bạn yêu thích việc hít thở. Nhưng bạn có biết rằng cây cối cũng tạo nên một mạng lưới gồm rất nhiều cá thể, tự vệ ngay khi bị đe doạ và có kha khá cách thức thông minh để tiếp tục phát triển cho dù bị đốn hạ? Cây cối đã tồn tại khoảng 400 triệu năm – một khoảng thời gian đủ dài để tích luỹ hiểu biết về thế giới này – và trở thành bậc thầy của việc thích nghi, tồn tại và phát triển.

Trong cuộc sống đầy phức tạp và nhiều băn khoăn của loài người, không dễ để duy trì một cái đầu bình tĩnh và trái tim ngập tràn hạnh phúc. Nếu có gì không ổn bên dưới "lớp vỏ" của bạn, hoặc bạn vừa mất đi vài "chiếc cành mục", hay bạn chỉ cần được nhắc nhở rằng hãy tận hưởng ánh nắng quanh mình, chúng tôi hi vọng bạn sẽ tìm thấy cảm hứng qua những trang sách này để đối mặt với các gập ghềnh của đời người. Vậy nên, hãy ngồi xuống nào, tận hưởng làn gió mát dưới hiên nhà và cùng khám phá cách để sống như những cái cây.

Khởi đầu khiêm tốn

PHONG NHẬT BẢN



Chúng ta đều muốn ước mơ của mình trở thành hiện thực ngay lập tức. Nhưng, như một nhà thông thái đã nói, kiên nhẫn không nằm trong quá trình chờ đợi, mà ở cách ta đối mặt với việc chờ đợi. Và cây phong Nhật Bản biết rõ điều này. Các cây non mọc trên núi, nơi nhịp sống chậm rãi, mùa đông lạnh giá và không thích hợp để vươn cao. Dẫu vậy, khi đến mùa, các cây phong Nhật Bản đều trưởng thành với những tán lá đỏ đẹp đến nao lòng.



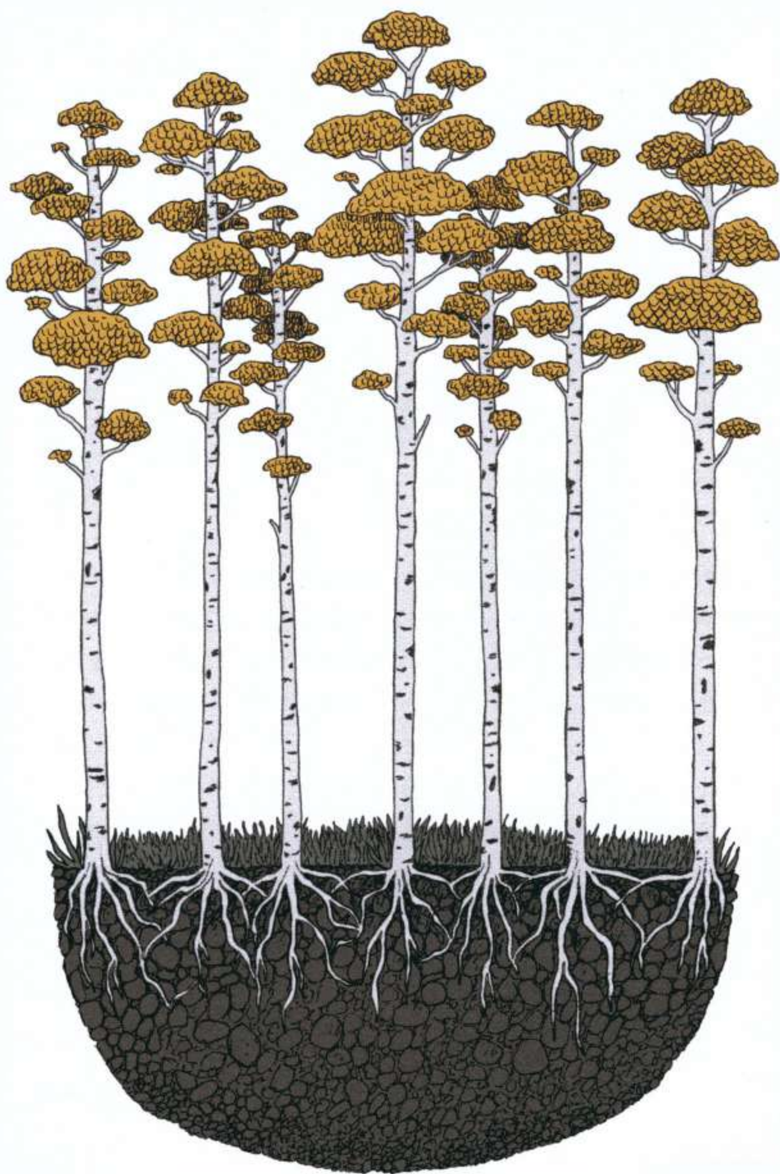


Kiên nhẫn là đức hạnh

THUỶ TÙNG



Kiên nhẫn, lên kế hoạch và dành thời gian để chiêm nghiệm là một phần quan trọng để tìm ra hướng đi cho chính mình. Thuỷ tùng là tổ tiên thông thái của cây cối – chúng thường gắn liền với phép thuật trong các câu chuyện và được cho là có thể sống đến hơn 2000 năm. Tuy vậy, rất khó để biết chính xác vì thuỷ tùng không khoe khoang về tuổi tác của mình, thân cây già thường rỗng nên ta không thể đếm được vân gỗ để tính tuổi cây. Một phần bí quyết trường sinh của thuỷ tùng là thân lớn rất chậm nhưng bộ rễ lại phát triển mạnh mẽ để lưu trữ chất dinh dưỡng phòng khi cây bị tổn hại. Vì vậy, hãy giống như thuỷ tùng, phát triển chậm rãi và cảm nhận chút huyền diệu trong tiến trình của bản thân.



Tận dụng sức mạnh từ người khác

DƯƠNG LÁ RUNG



Nỗ lực kết nối với xung quanh có thể mang đến những kết quả đáng kinh ngạc. Cây dương lá rung biết rằng chẳng có phần thưởng nào cho kẻ ưa thích đơn độc. Trên thực tế, nằm trong cộng đồng chính là chìa khoá cho sức mạnh của chúng. Từng thân cây thẳng tắp như các cá nhân đơn độc, nhưng dưới mặt đất, chúng là một phần của quần thể, kết nối với những cây khác bằng bộ rễ của mình. Nếu một cây ở gần nguồn nước hoặc nguồn dinh dưỡng, nó có thể chia sẻ cho cộng đồng mình.



Xin giúp đỡ khi cần

CÂY DU



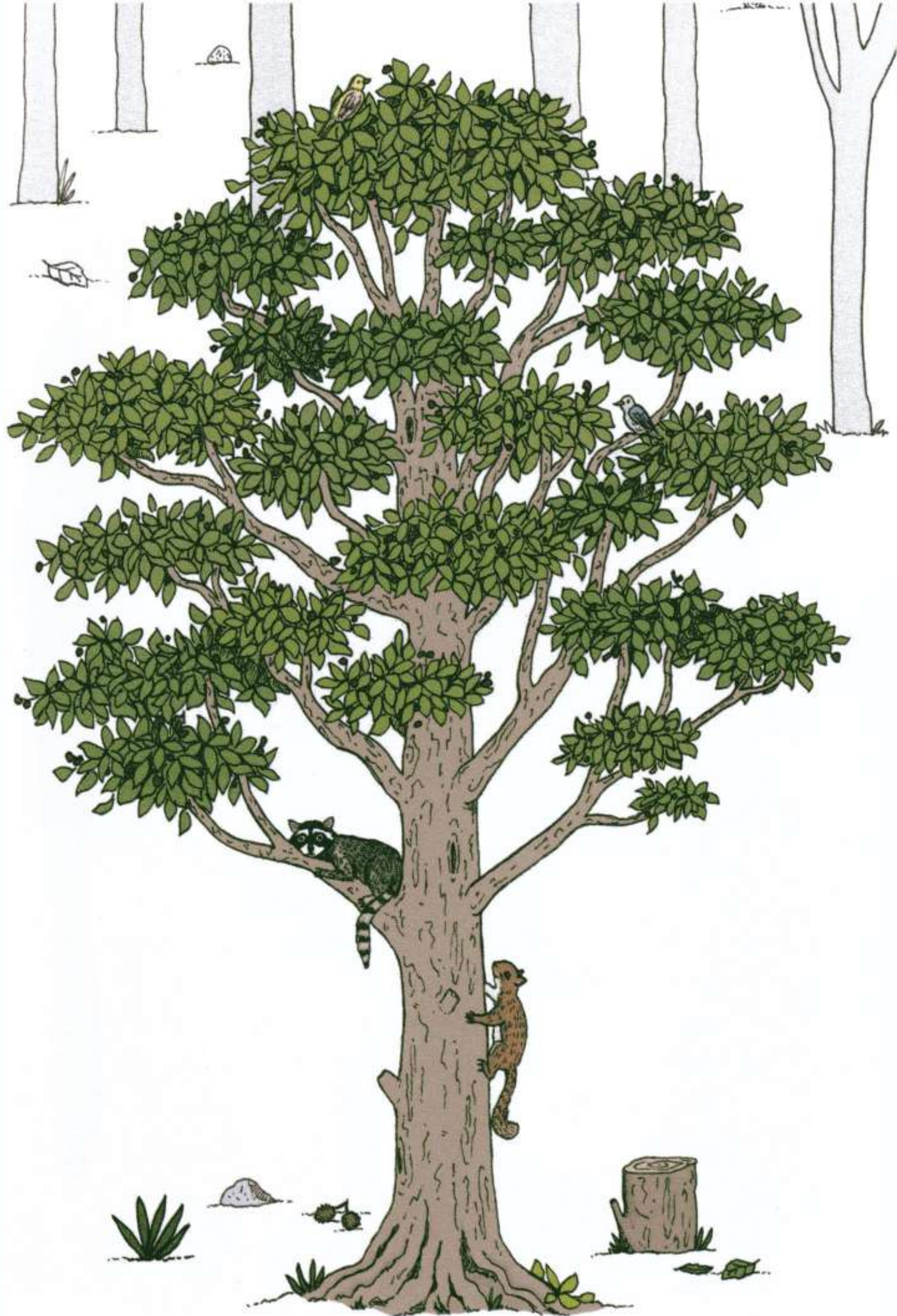
Cây du không ngần ngại xin sự trợ giúp nếu đang lâm vào tình huống khó khăn. Khi bị sâu bướm tấn công, cây sẽ toả ra mùi hương để thu hút ong đến và đẻ trứng bên trong sâu bướm, chấm dứt mối nguy này. Chúng ta thường cho rằng tự lực cánh sinh mới là chìa khoá của thành công, nhưng cây du thì biết rằng chúng không cần phải đơn độc đương đầu với mọi thứ. Đôi khi, điều bạn cần chỉ là gọi những chú ong đến mà thôi.

Thích nghi với hoàn cảnh

DẺ GAI MỸ



Có bao giờ bạn luẩn quẩn trong những lo toan nhỏ nhặt không? Tổ tiên của cây dẻ gai Mỹ cũng từng như thế đấy. Loài cây này bắt đầu phát triển ở vùng nhiệt đới, nơi có những kẻ phá bĩnh nhỏ bé mang tên thực vật biểu sinh luôn tìm cách sống bám vào các kẽ nứt trên thân cây. Sau đó, dẻ gai Mỹ đã tự mình tạo ra một lớp vỏ mịn màng, đáng yêu, đập tan mọi cơ hội của lũ biểu sinh tranh thủ. Hãy tập trung phát triển bề ngoài điềm tĩnh, chẳng mấy chốc các cây biểu sinh cá nhân của bạn sẽ rơi rụng dần thôi.



Là chính mình

CÂY TRĂN



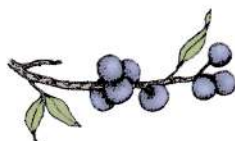
Luôn có những cám dỗ khiến chúng ta hành xử để làm hài lòng đám đông, thay vì là chính mình trong mọi hoàn cảnh. Học cách là chính mình nghĩa là chấp nhận và tận hưởng "lớp vỏ" của bản thân. Cây cối không lãng phí diệp lục để cố gắng trở thành giống loài khác. Chúng tập trung vào tiến trình của mình mà không lo nghĩ về việc người khác sẽ ra sao. Chẳng hạn như cây trăn. Trăn không cố vươn thật cao, nở những bông hoa lộng lẫy hay ra quả thật ngọt. Nhưng chúng đã tồn tại suốt hàng ngàn năm, phát triển mạnh mẽ và cứng cáp, mà chẳng hề mong đợi được bất kì ai tán thưởng.





Luôn có kế hoạch dự phòng

MẬN GAI



Bạn sẽ không thể biết được khi nào thì một đàn dê đói hay sâu bướm phá hoại đến tấn công mình. Vậy nên có kế hoạch dự phòng chẳng bao giờ là thừa thãi cả. Kể cả với cây cối như mận gai. Nếu đã từng đi hái loại quả này để ủ rượu, hẳn bạn sẽ biết rằng mận gai luôn có "lớp phòng thủ thứ hai" gồm hàng loạt các gai dài trên cành, đề phòng một cái gai nhọn to là không đủ để làm nhụt chí kẻ hái trộm. Nếu một cành cây bị bẻ gãy, mận gai sẽ giải phóng "hormon chữa lành" mang tên jasmonate – chuyên gia huy động các chất hoá học để tự vệ và chữa lành cho thực vật ngay từ điểm bị thương.

Yêu nơi mình sống

CÂY LIỄU



Nếu ta không quan tâm đến môi trường xung quanh thì rất khó để phát triển lớn mạnh. Liễu không cam chịu sống với một bờ sông bừa bãi hay nước sông bẩn thỉu – chúng giữ đất đắp bờ bằng chính bộ rễ của mình và biến các chất ô nhiễm trong nước thành nguồn nitrat nuôi cây. Tự chăm sóc chính mình có thể bắt đầu từ những điều đơn giản như tấm ga trải giường mới, bữa trưa đặc biệt, hay một bờ sông vững chãi.

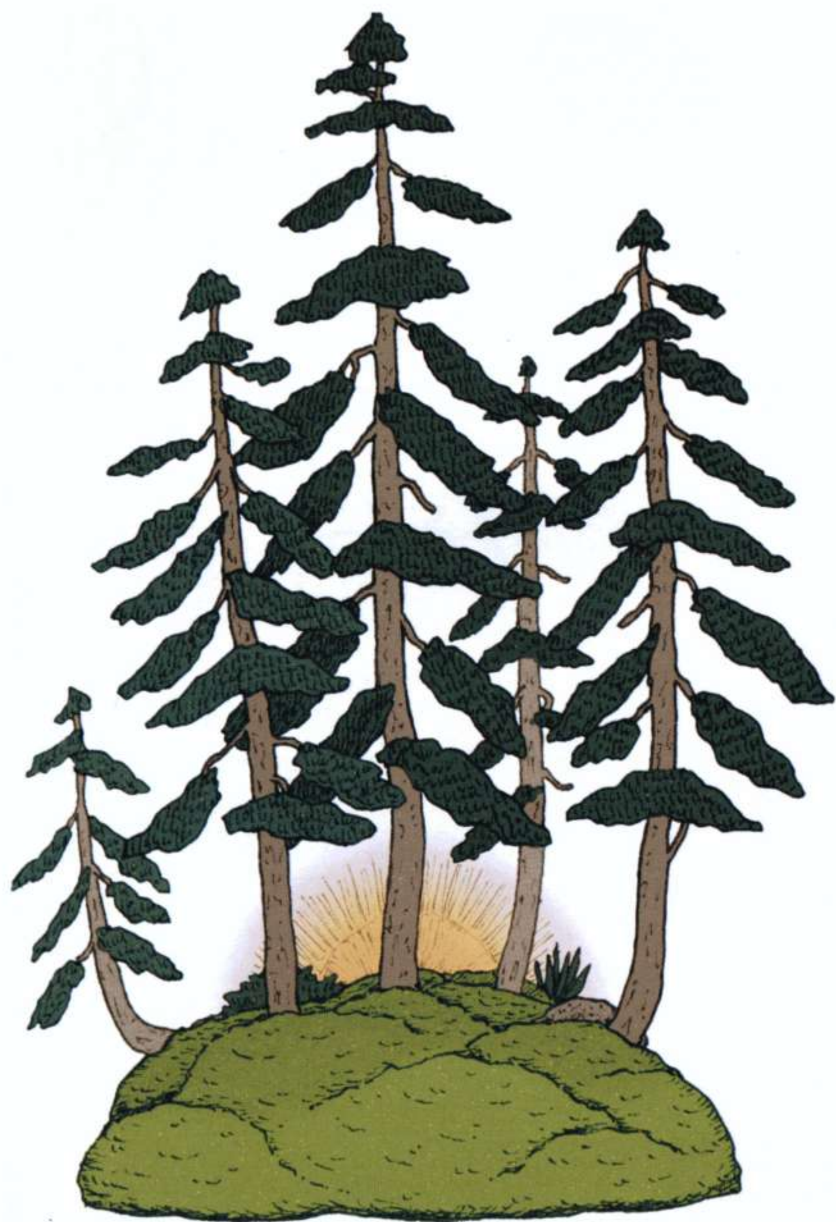


Tắm nắng

THIẾT SAM



Serotonin còn được gọi yêu là "hormon hạnh phúc", bởi nồng độ serotonin trong não chúng ta tỉ lệ thuận với cảm giác tích cực và bình tĩnh. Các nhà khoa học không rõ lí do, nhưng họ cho rằng bộ não giải phóng nhiều serotonin hơn khi ta ở ngoài nắng. Dành thời gian ở ngoài trời chắc chắn là điều không thể thiếu để có một cuộc sống vui khoẻ và hạnh phúc. Cây cối không thể tồn tại nếu không có ánh sáng mặt trời, và các cây lá kim như thiết sam thì cần rất nhiều nắng. Vì vậy nếu một lúc nào đó, bạn băn khoăn liệu có nên ở nhà vào một ngày nắng hay không, hãy nhớ rằng: Nếu thiết sam có chân, chúng sẽ chạy ngay đến những nơi nhiều nắng nhất, luôn luôn như vậy.

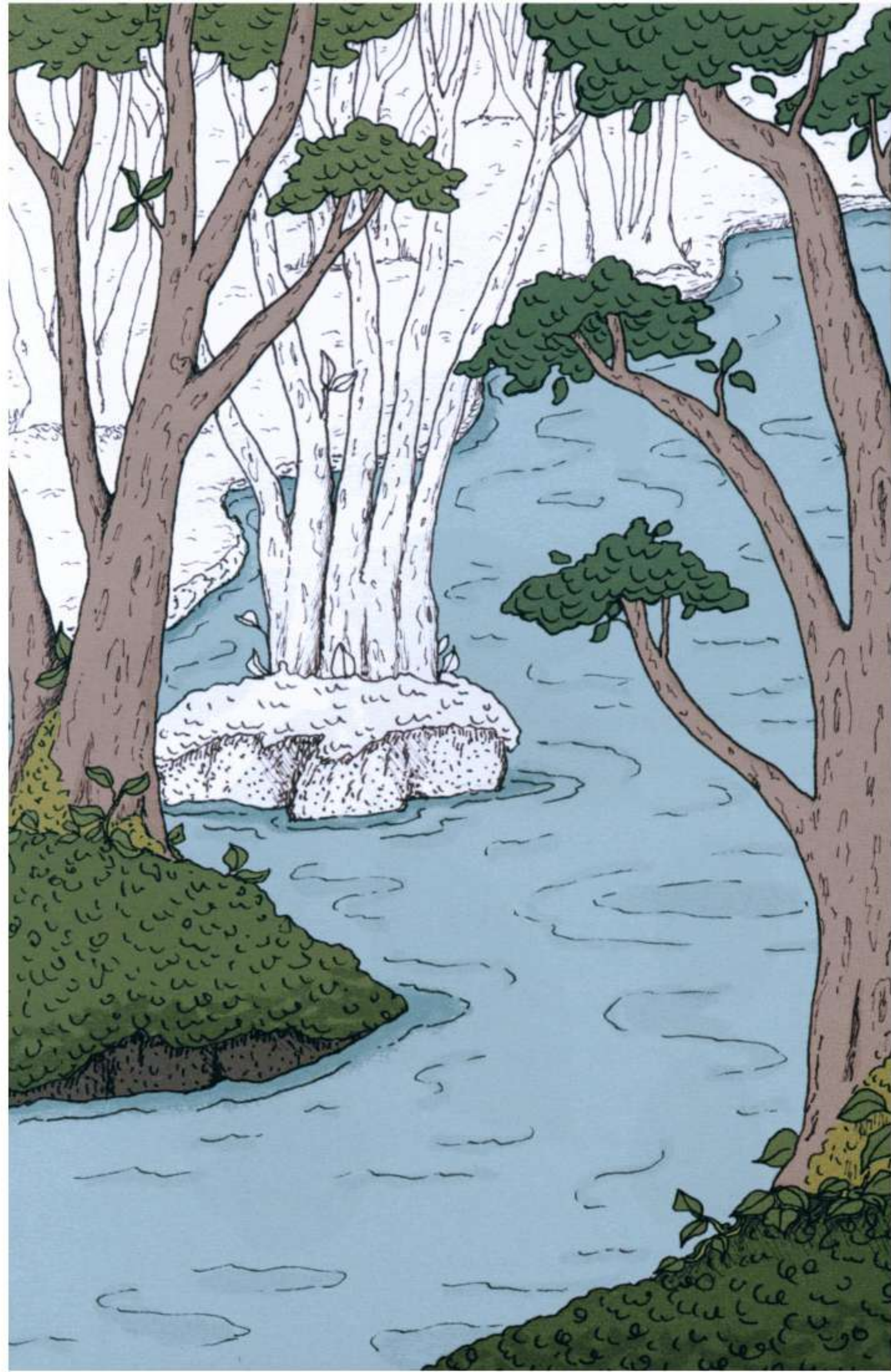


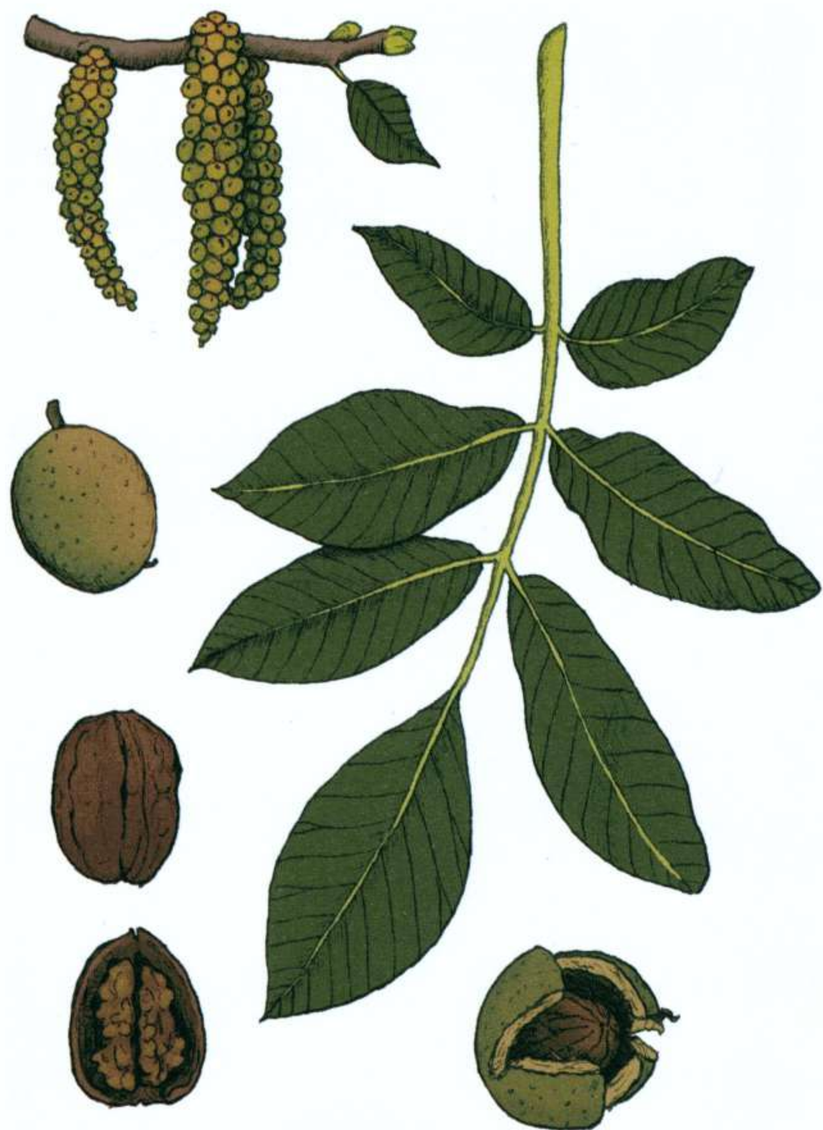
Tìm chốn hạnh phúc

GỖ TRĂN



Chúng ta đều cần bám rễ vào những điều khác nhau để sinh trưởng – bí quyết là hãy tìm nơi phù hợp với mình. Một số cần tắm đẫm nắng, trong khi số khác lại yêu thích điều kiện khắc nghiệt trên đỉnh gió hú. Phần lớn cây cối không thể sinh trưởng tốt nếu sống gần đầm lầy, nhưng đây lại là vị trí thích hợp với cây gỗ trăn. Bí quyết của chúng chính là loại vi khuẩn sống trong nốt sần rễ của cây. Gỗ trăn cung cấp đường cho vi khuẩn, và vi khuẩn cung cấp cho cây các chất dinh dưỡng mà đất ngập nước không có. Kết quả là gỗ trăn có thể tươi tốt ở nơi các loài cây khác không sống được.



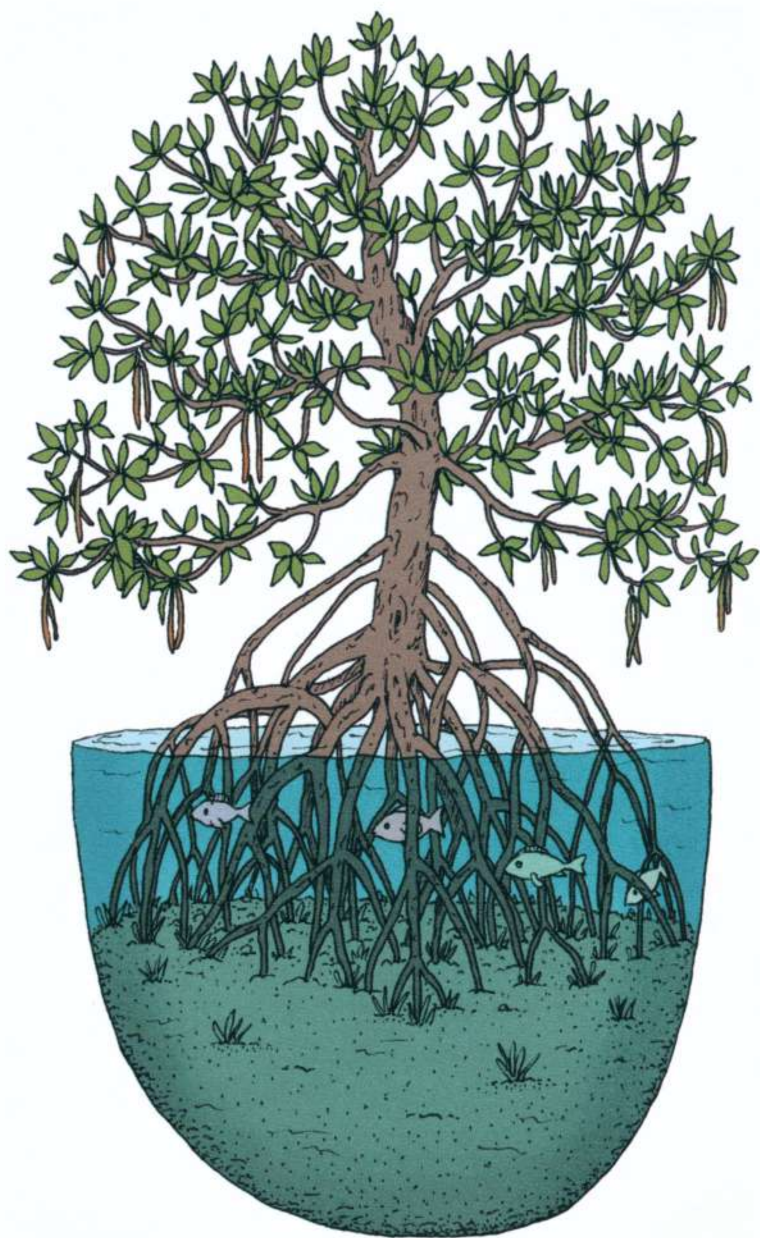


Chăm chút cho nội tại

ÓC CHÓ ĐEN



Tập trung vào việc xây dựng sức mạnh nội tại và bạn sẽ có điểm tựa vững chắc chống đỡ bản thân vượt qua các ức chế của cuộc sống thường ngày. Cây cối là bậc thầy của điều này – xét cho cùng thì thân cây phải nâng đỡ biết bao cành lá vào những ngày gió lớn. Phần trung tâm của thân cây được gọi là lõi gỗ, và cây óc chó đen là đại diện tiêu biểu cho sức mạnh bên trong. Óc chó đen không chỉ được ngưỡng mộ vì vẻ đẹp, mà còn cả về sức mạnh, lõi gỗ của chúng cứng cáp đến mức cây có thể chịu đựng được một lực lớn mà không bị vỡ vụn.



Chuẩn bị cho tương lai

CÂY ĐƯỚC



Cuộc sống là một con đường gập ghềnh mà chúng ta dễ dàng lạc lối trong những lo toan tủn mủn thường ngày. Suy nghĩ về tương lai có thể khiến ta choáng ngợp, nhưng có kế hoạch trước thì bao giờ cũng hữu ích. Cây đước đã tìm ra vô số cách hay ho để thích ứng với môi trường nước mặn, thậm chí còn biết lợi dụng dòng nước để duy trì giống nòi. Đước sản sinh các cây giống nhỏ thay vì hạt và nuôi lớn trên thân cây mẹ cho đến khi cây con đủ cứng cáp để trôi theo dòng ra xa và bén rễ.

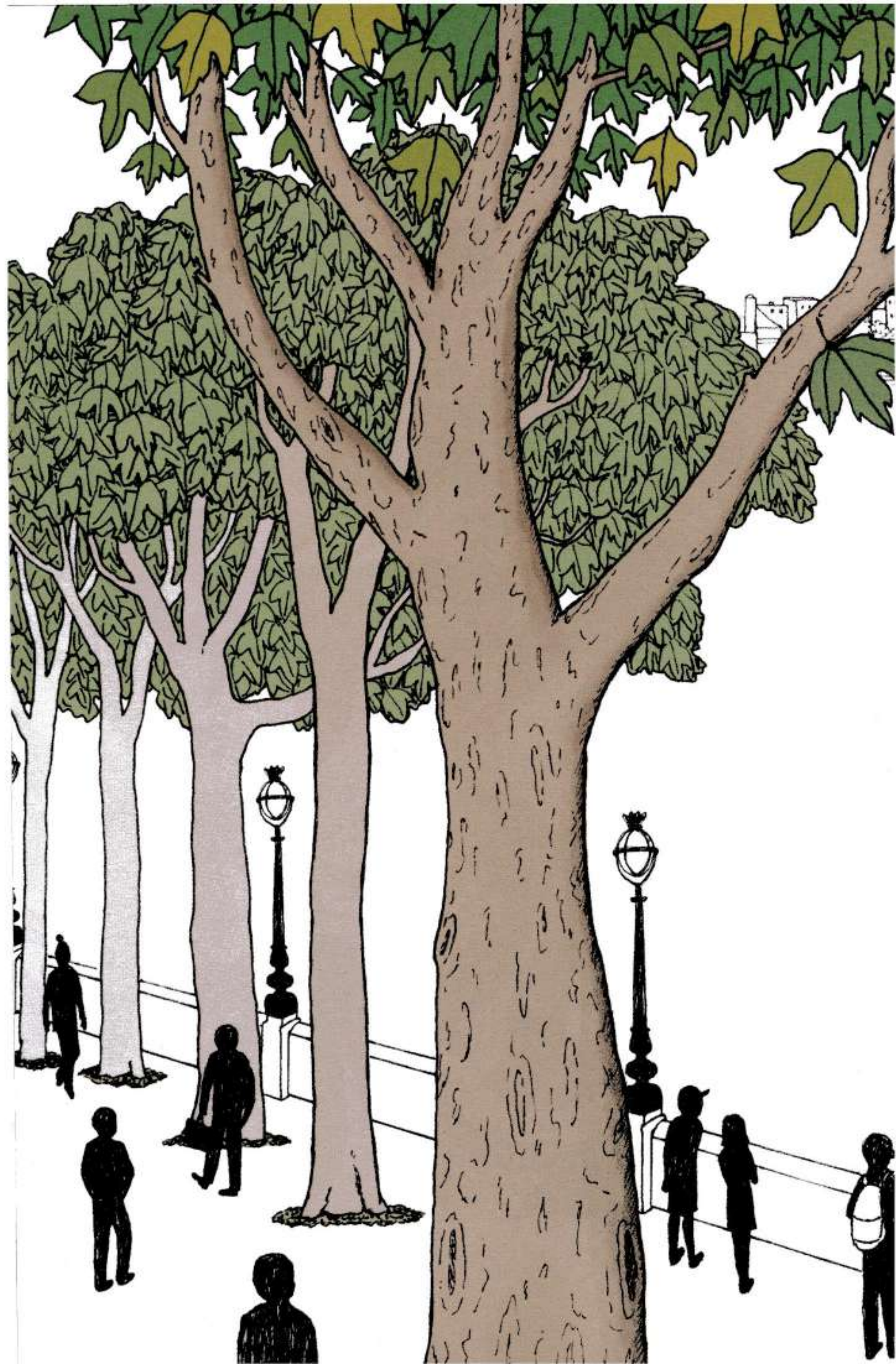
Lạc quan

CÂY DẺ



Học cách sống trong hiện tại nghĩa là sẵn sàng tận hưởng những khoảnh khắc tuyệt vời khi chúng đến. Vào tháng Năm, cây dẻ sẽ bung nở những chùm hoa xinh xắn, và hương hoa thu hút vô số côn trùng tới. Kết quả của bữa tiệc tươi vui này chính là sự thụ phấn và theo sau đó những chùm quả trĩu nặng vào mùa thu. Dĩ nhiên đông rồi cũng sẽ đến, nhưng khi mặt trời vẫn chiếu rọi, hãy cứ vui vẻ và ra hoa.







Đừng sợ vươn xa

TIÊU HUYỀN LONDON



Hãy bước ra khỏi vùng an toàn và bạn sẽ ngạc nhiên với những gì mình đạt được. Tiêu huyền London không phải một giống cây bản địa – mà là cây lai giữa tiêu huyền phương Đông và tiêu huyền châu Mỹ – nhưng chúng đã đón nhận môi trường mới và thích nghi hoàn hảo với cuộc sống đô thị. Vỏ cây dễ bong, giúp chúng dễ dàng loại bỏ bụi bặm và chất ô nhiễm khác. Tiêu huyền London còn học cách lan rễ phù hợp, không phá hỏng các kết cấu hạ tầng của chốn đô thị nữa.



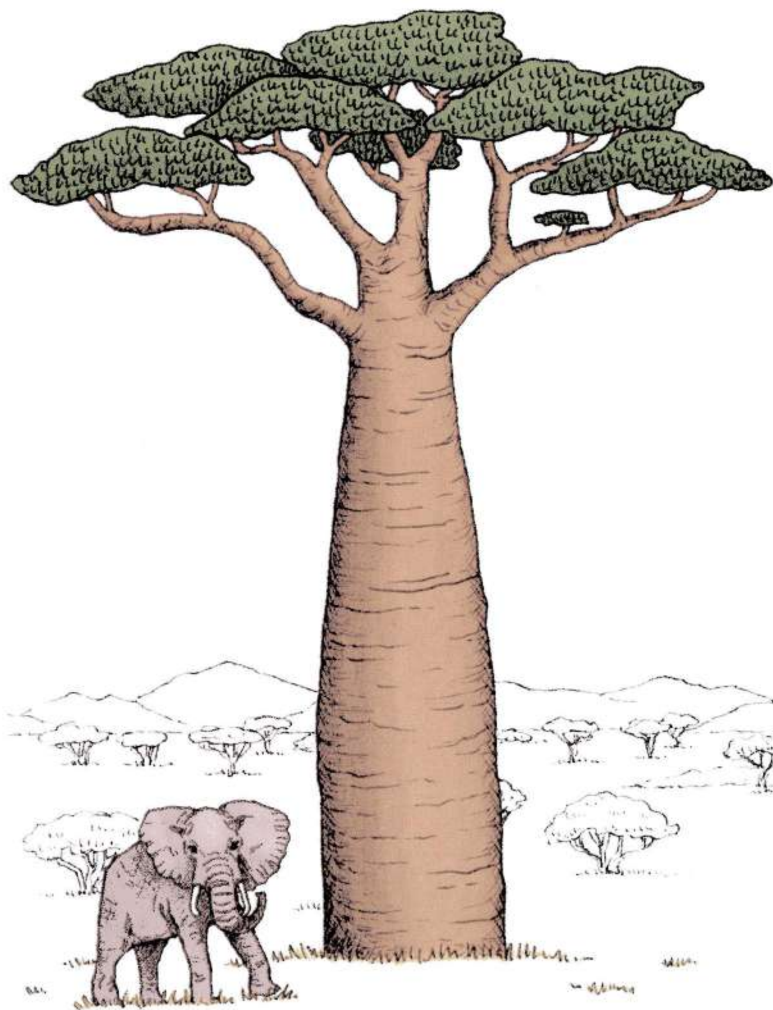
Nghỉ ngơi thật nhiều

LINH SAM BẠC



"Hãy nắm bắt cơ hội khi chúng đến." Còn khi thời cơ chưa đến thì sao? Hãy bỏ vũ khí xuống, và buông mọi gánh nặng. Các cây lá kim như linh sam bạc là chuyên gia trong việc nghỉ ngơi. Khác với các cây lá rộng, linh sam bạc giữ lá xanh quanh năm để có thể tranh thủ quang hợp cả trong những ngày nắng ít ỏi của mùa đông. Nhưng cũng vào mùa này, quá trình trao đổi chất của chúng sẽ chậm lại và tập trung vào việc chống mất nước qua lá.





Ngẩng cao đầu

BAO BÁP



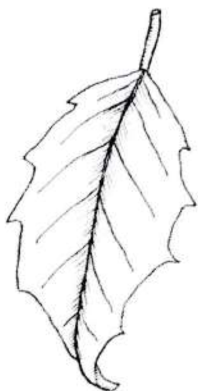
Nếu bạn cần được nhắc nhở về việc ngẩng cao đầu và tự hào về bản thân, hãy nhìn vào cây bao báp nhé. Không thể phủ nhận là loài cây này trông... hơi kì. Nhưng chúng sở hữu vài năng lực đáng kinh ngạc. Bao báp có thể sinh trưởng trong những điều kiện khắc nghiệt của đồng cỏ châu Phi. Và trong khi các loài cây khác phải chịu đựng việc bị dê, hay thậm chí là hươu cao cổ, nhấm nháp thì bao báp lại cần cảnh giác với những chú voi khát nước thèm muốn lớp vỏ mềm mại của mình. Khả năng cao đây là loài cây duy nhất có thể chứa nước trong thân và sống tới 2000 năm. Khá là ngầu với một loài cây trông như mọc ngược đấy nhỉ?

Hãy sáng tạo

NHỰA RUỒI



Đôi khi cách duy nhất để giải quyết khó khăn là đối mặt một cách khôn khéo. Với sự thông thái vô tận, cây cối cũng hiểu được điều này, chúng thường xuyên ra đủ các loại lá tương ứng với nhiều độ cao khác nhau để có thể phát triển một cách tối ưu – mức độ quang hợp phụ thuộc vào diện tích lá được tắm trong ánh sáng mặt trời. Cây nhựa ruồi còn làm được nhiều hơn thế, chúng phát triển các gai nhọn ở những chiếc lá tầm thấp để đề phòng động vật ăn cỏ. Hãy như nhựa ruồi, đừng e ngại đổi mới!



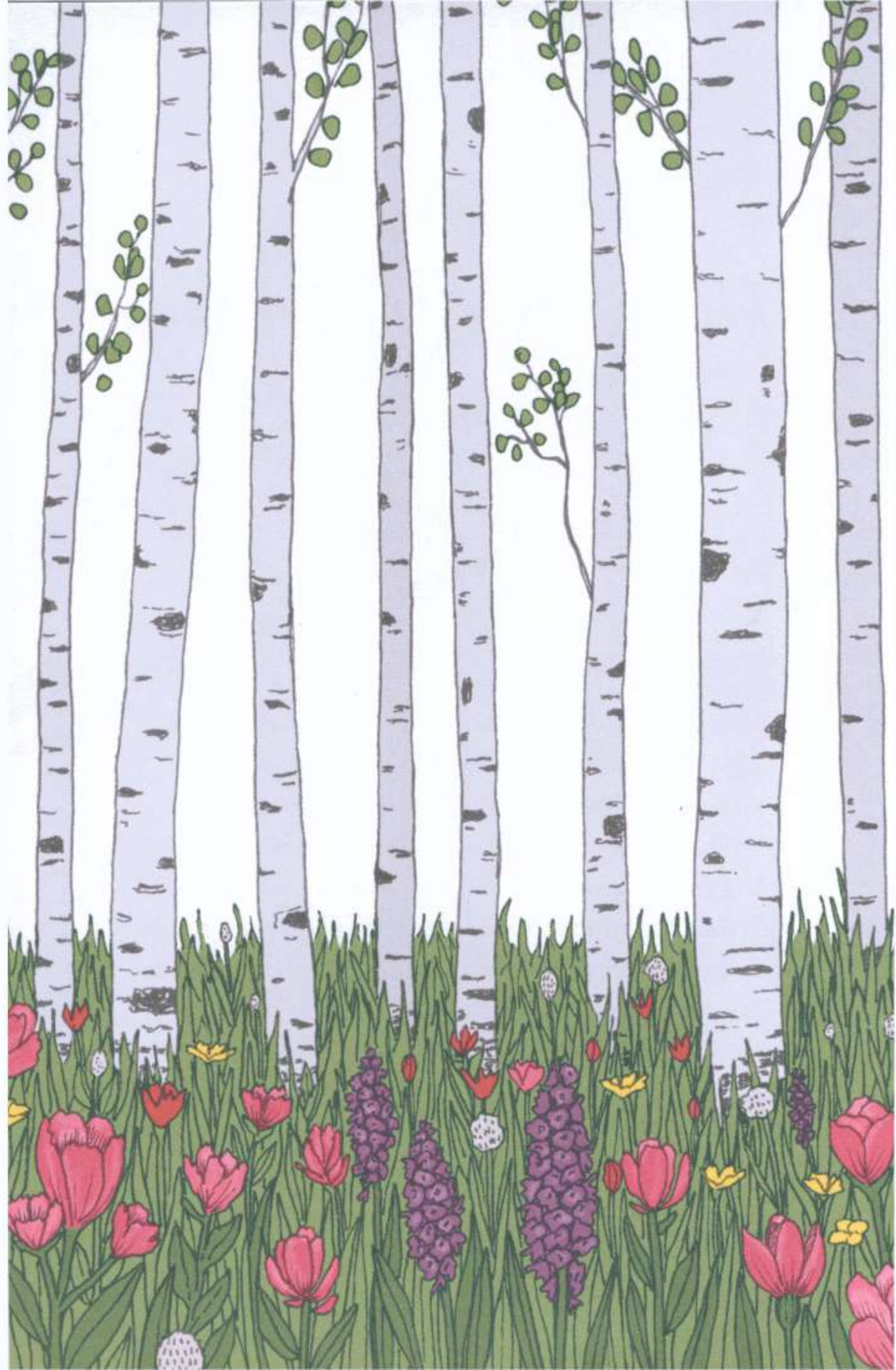


Cho đi không mong nhận lại

OLIVE



Kì lạ làm sao khi ta cho đi lại nhận được về hạnh phúc, nhưng sự thật là vậy. Có cả những nghiên cứu đã chứng minh điều này. Nhưng cây olive không cần đọc các nghiên cứu ấy, chúng đã biết rõ điều đó hàng nghìn năm qua rồi. Ta hẳn sẽ nghĩ rằng một loài cây sống trong khí hậu khô nóng và đất đai cằn cỗi thì chỉ quan tâm đến bản thân mình mà thôi. Ấy vậy olive lại cho ra loại trái mang hàm lượng năng lượng cao hơn bất cứ thứ quả nào, và có thể tiếp tục công việc của mình tới tận khi gần nghìn tuổi. Loài cây hào phóng này đã cung cấp thức ăn, thuốc men và dầu cho người dân bản địa ở các miền khắc nghiệt từ thời Đồ đá mới.

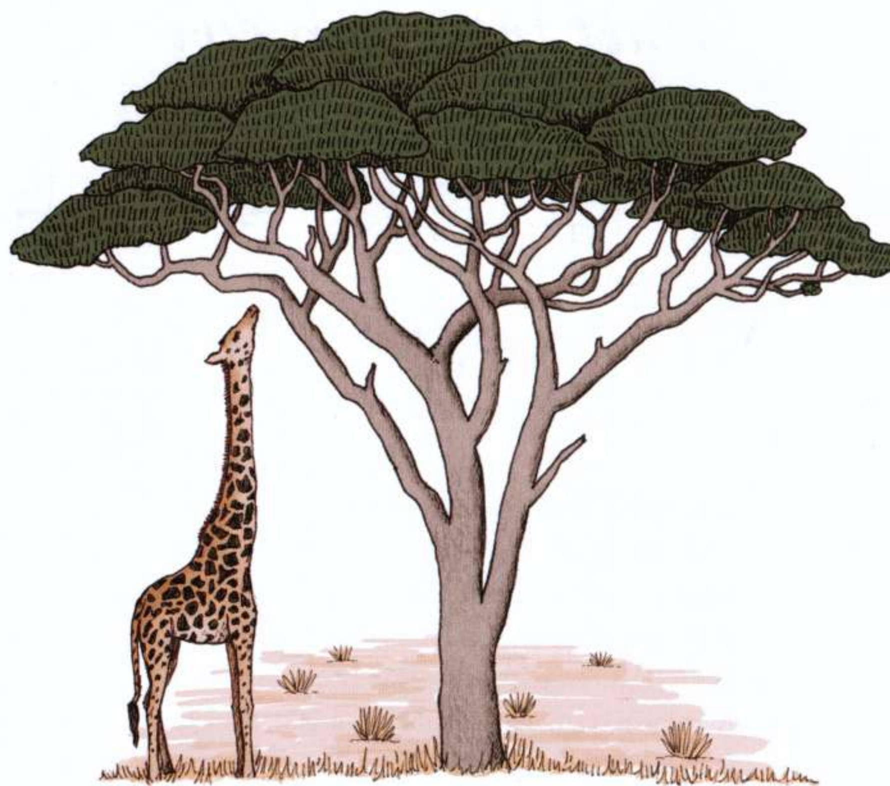


Thiết lập ranh giới cho bản thân

DƯƠNG TRẮNG



Đẩy mình vào những hoàn cảnh nằm ngoài vùng tiêu chuẩn của bản thân hiếm khi mang tới niềm vui. Dương trắng là một loài cây dễ tính. Chúng có thể sinh trưởng trên gần như mọi loại đất. Và bất cứ khi nào có một chỗ trống, cây dương trắng sẽ nhanh chóng bén rễ và tươi tốt. Nhưng chúng ghét bóng râm. Dương trắng cần ánh sáng để đâm chồi nảy lộc, nên chúng luôn chọn chỗ sáng. Đơn giản vậy thôi.



Là người bạn tốt

KEO CHÂU PHI



Phần lớn cây cối chủ động và hoà đồng hơn ta vẫn nghĩ. Cây keo châu Phi biết rằng quan tâm đến bạn bè là điều vô cùng quan trọng. Khi bị linh dương hay hươu cao cổ đói ghé thăm, cây sẽ toả ra khí etilen để cảnh báo hàng xóm, những người bạn xung quanh này sau đó giải phóng chất tanin trên lá có hại với những kẻ tấn công. Hãy như cây keo, chăm sóc bạn bè và sẵn sàng tương trợ khi tình huống xấu đến (nhưng cố gắng đừng phóng quá nhiều khí nhé).

Khi gặp khó khăn, hãy dừng lại nghỉ một chút

THÔNG RỤNG LÁ



Cảm giác mệt mỏi và tràn đầy lo âu khiến chúng ta thay đổi cách nhìn nhận thế giới xung quanh. Cái bóng giản đơn có thể bị nghĩ thành con quái vật dưới gầm giường. Đâu là phương thuốc cho tình trạng này? Nghỉ ngơi. Và chiều chuộng bản thân. Hãy học hỏi thông rụng lá. Chuyên gia sinh tồn vùng cực Bắc này đã chống chọi với mùa đông khắc nghiệt vùng Siberia bằng cách rụng hết lá và ngủ say chờ mùa xuân đến.



Cuộc sống ngập tràn những điều kì diệu nhỏ bé

CỌ ACAI



Bạn có từng để ý rằng chỉ một việc tốt bé nhỏ đã có thể làm bừng sáng cả ngày của bạn không? Nhận được và lan toả những niềm vui nhỏ bé là bí quyết để có một cuộc sống ngập tràn hạnh phúc. Thử nhìn cây cọ acai mà xem. Chúng sinh trưởng sâu trong lòng hệ sinh thái rừng mưa Amazon và mang trên mình sứ mệnh chia sẻ tình yêu.



Cọ acai thu hút hơn 200 loài côn trùng khác nhau bằng mật ngọt của mình. Những chùm quả mọng đẫm sắc tím và giàu dinh dưỡng của cây là nguồn thức ăn cho rất nhiều loài chim, bò sát và các sinh vật khác.

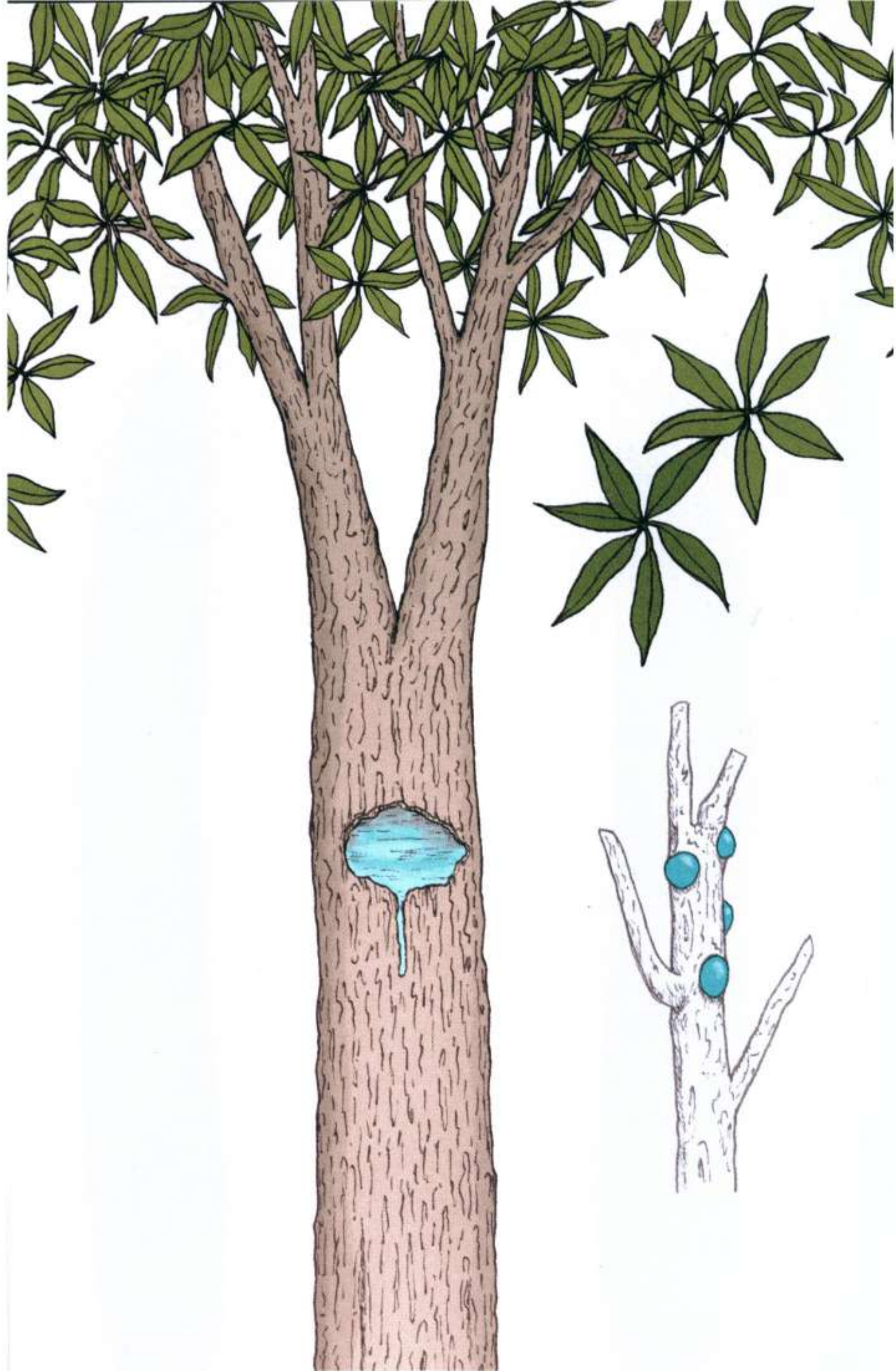


Sẵn sàng thay đổi

LINH SAM NHỰA THƠM



Cây cối chẳng thể làm gì mấy với trận hạn hán đến bất chợt hay gió lạnh buốt giá – chúng nào chạy trốn được đến vùng nắng ấm đâu. Cây cối phải chấp nhận mọi biến đổi của thời tiết và thích nghi với những điều bất ngờ, vì vậy chúng tiến hoá để trở nên vô cùng linh hoạt. Như linh sam nhựa thơm chẳng hạn. Chúng tìm ra cách sống sót ở vùng vĩ tuyến Bắc lạnh giá mà không phải rụng lá và nhờ thế có thể quang hợp quanh năm, nhựa cây cũng trở nên dày và dẻo để không bị đóng băng. Thay đổi chắc chắn chẳng dễ chịu chút nào, nhưng với cả người lẫn cây – việc không thoải mái có thể dẫn đến sự trưởng thành.



Đừng lo lắng về những điều bạn không thể kiểm soát

SÈVE BLEUE



Một số điều chúng ta có thể tác động, vài điều khác thì ta chỉ có thể chấp nhận. Chẳng hạn, nếu nhận ra mình đang sống trên cả đống kim loại độc, bạn hẳn sẽ lo sợ phần nào đấy. Nhưng cây sève bleue lại tìm được cách cực kì thông minh để đối phó với nồng độ niken cao trong đất của vùng New Caledonia thuộc Pháp nơi chúng sống. Sève bleue sử dụng axit citric để chuyển hoá niken thành muối vô hại và trữ trong nhựa cây, khiến nhựa của chúng mang màu xanh dương – và vì thế loài cây này mới có cái tên mang nghĩa là "nhựa xanh" trong tiếng Pháp. Nếu bạn không thể thay đổi điều khiến mình muộn phiền, hãy tìm cách sống chung với nó, vì lo lắng chẳng ích gì đâu.

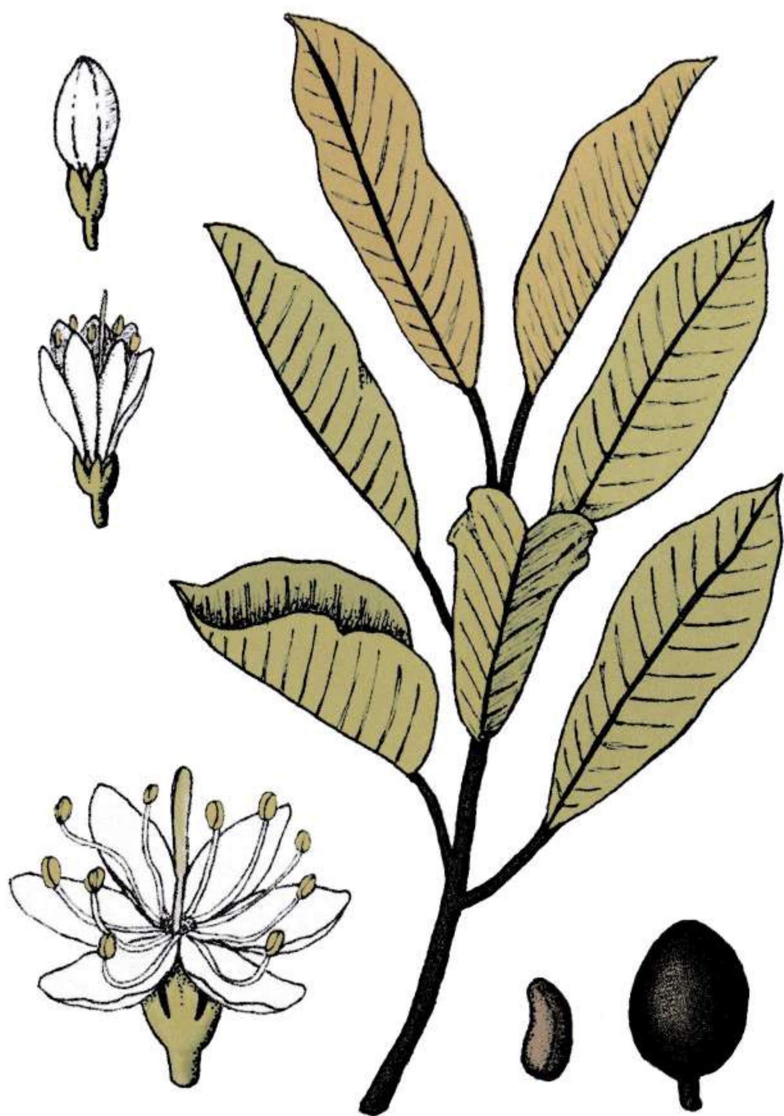
Đi lối của riêng mình

CÂY ĐA



Thường sẽ có nhiều hơn một con đường dẫn đến thành công, và chúng ta không nhất thiết phải đi đường giống nhau. Đa là loài cây có kích thước vĩ đại với tán lá rộng hạng nhất trong giới thực vật. Nhưng chúng lại không bắt đầu cuộc đời của mình từ dưới mặt đất. Hạt của loài cây gan dạ và độc lập này sống biểu sinh trong các khe trên cây khác, hút nước và chất dinh dưỡng từ môi trường xung quanh. Khi đủ lớn, chúng sẽ hạ rễ xuống đất từ chính cành cây mình đang sống. Quả là có nhiều cách để trở thành một cái cây.





Vươn tới bầu trời

NHỰA KÉT



Cây nhựa két là lời nhắc nhở hoàn hảo cho việc đừng bao giờ ngưng học hỏi và trưởng thành, hay đừng quên mất mục tiêu của bản thân. Loài cây này biết chính xác chúng muốn gì và làm tất cả vì điều đó. Sinh trưởng trong rừng mưa ở bán đảo Mã Lai, cây nhựa két học được rằng nếu muốn tận hưởng ánh nắng mặt trời, chúng phải thẳng tiến tới tầng tán rừng nhanh nhất có thể. Vậy nên, cây mọc cao và thẳng, gần như còn không quan tâm tới việc phát triển cành lá phía dưới, cho đến khi chúng vươn được tới vòm rừng và hưởng thụ nguồn ánh sáng dồi dào.

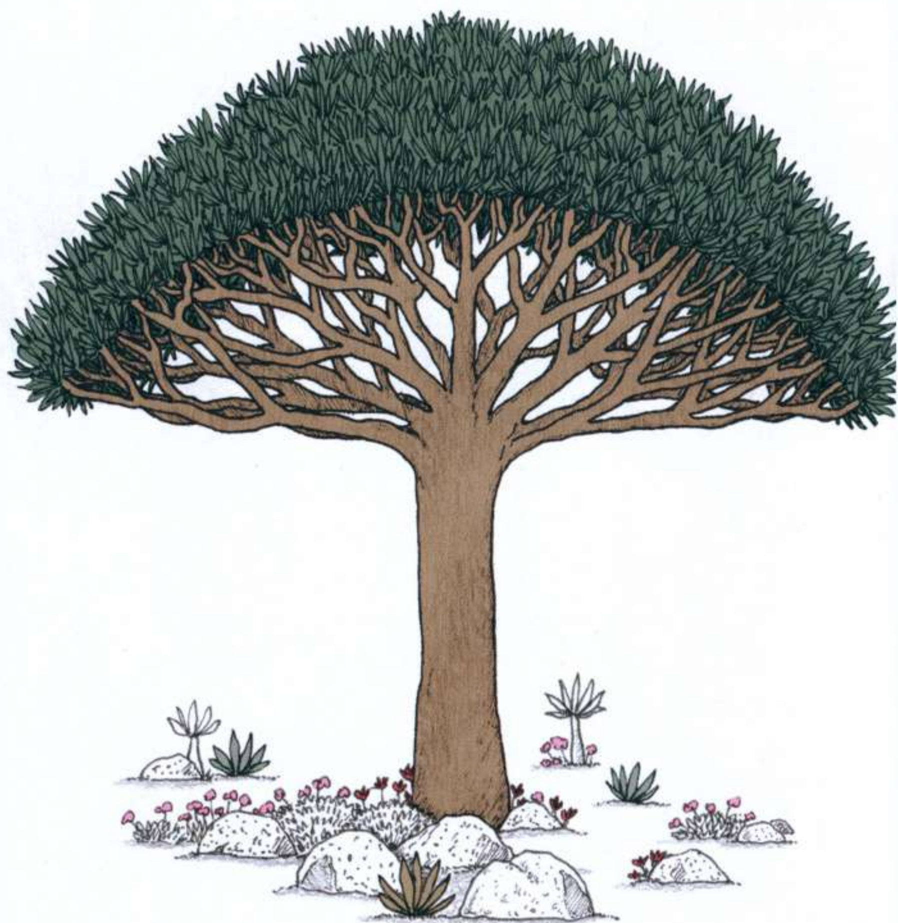
Tập trung vào những điều tích cực

GỖ GUAREA



Vấp ngã là một phần của cuộc sống, và tìm cách tự vực dậy chính là bài học của chúng ta. Dù vậy, nếu bạn là cây cối, thì nói bao giờ cũng dễ hơn làm. Khi các cơn bão nhiệt đới quét qua Trung và Nam Mỹ, những loài như cây gỗ guarea sẽ cố hết sức để đứng vững. Tuy nhiên đôi khi gió quá mạnh, và chúng chẳng còn cách nào ngoài việc đầu hàng. Nhưng dù bị quật ngã cũng không buông bỏ, cây con mới sẽ nhanh chóng nảy mầm trên phần thân đã ngã, tận dụng chất dinh dưỡng và nước từ thân cây cũ cho đến khi chúng đủ sức để bén rễ và tự sinh trưởng.





Khác biệt cũng không sao hết

MÁU RỒNG



Tại sao phải giống mọi người khi bạn có thể nổi bật? Nếu khủng long có từng dùng ô, thì trông chúng hẳn sẽ giống cây máu rồng. Thân cây rắn chắc cao chót vót, và duy nhất một vòm lá tập trung trên đỉnh để hút nước từ sương. Nếu rạch một vết nhỏ trên thân, cây sẽ tiết ra nhựa màu đỏ thẫm. Vào thế kỉ 16, loại nhựa này được phơi khô và xuất khẩu sang châu Âu, nơi nó được tin là có chứa phép thuật, và cũng chẳng khó để hiểu lí do vì sao. Cây máu rồng nói: Khác biệt ngầu chưa!

Học hỏi từ quá khứ

THÔNG ĐEN CHÂU ÂU



Cũng như con người, cây cối phát triển khi chúng có thể học hỏi từ kinh nghiệm quá khứ. Một trong những thách thức lớn nhất với cây cối là gió lớn, và nếu bạn sinh trưởng trên đồi dốc trống trải như thông đen châu Âu, cường độ gió mạnh vô cùng. Là cây sống ở bìa rừng thì còn đồng nghĩa với việc phải hứng chịu những cơn gió mạnh bạo hơn nữa. Nên cây ven bìa rừng thích nghi với chuyện bị gió táp mỗi mùa đông bằng việc thay đổi cách sinh trưởng, nuôi dưỡng thân ngày một cứng cáp và vững chãi.







Sống trong từng khoảnh khắc

HOA ANH ĐÀO



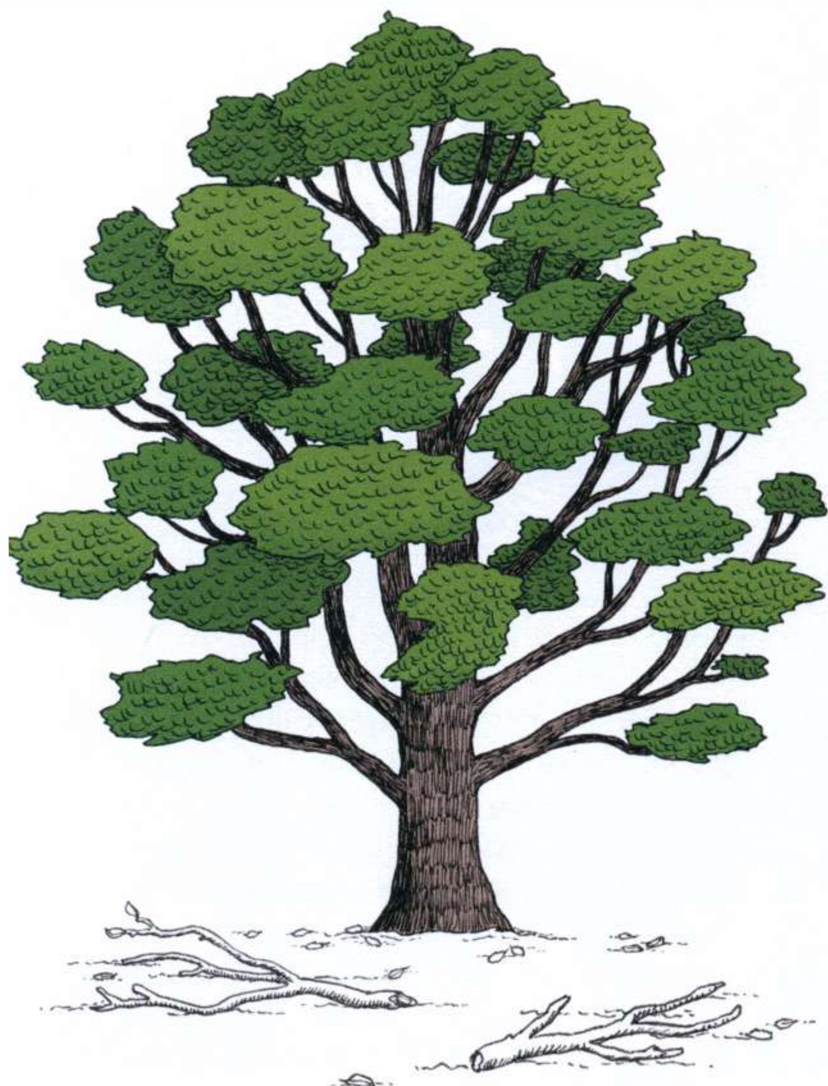
Bất cứ ai từng có cơ hội tận mắt ngắm nhìn hoa anh đào đều sẽ choáng ngợp bởi vẻ đẹp của chúng. Ở Nhật Bản, các gia đình và nhóm bạn bè thường tổ chức dã ngoại dưới các tán cây hoa anh đào đương đơm những chùm hoa trắng muốt xinh đẹp trong hai tuần ngắn ngủi chúng nở. Với Phật tử, đây là một trải nghiệm tâm linh, nhắc nhở chúng ta rằng những điều đẹp đẽ, như cuộc sống, đều sẽ trôi qua, vậy nên hãy biết ơn khi chúng đang xảy ra và tận hưởng từng khoảnh khắc.

Xác định rõ điều khiến bạn muộn phiền

DẺ GAI



Tất cả chúng ta đều có những phút giây cảm thấy chệch hướng nhưng lại không thể chỉ rõ chính xác lí do. Dành thời gian để nhìn nhận bản thân chính là chìa khoá giúp mọi thứ trở lại quỹ đạo vốn có. Mặc dù cây cối không có nhiều lựa chọn để giải quyết vấn đề như con người, nhưng các nhà khoa học ngày nay cho rằng chúng có nhiều công cụ để làm điều đó hơn những gì trước đây ta từng nghĩ. Ví dụ nếu bị nai gặm lá, cây dẻ gai sẽ giải phóng chất tanin làm lá có vị thật kinh khủng. Nếu bị gió làm gãy cành, cây sẽ sản xuất hormon để băng bó và chữa lành chỗ bị gãy. Hãy như dẻ gai, và dành thời gian xác định điều đã "bẻ gãy" bạn.



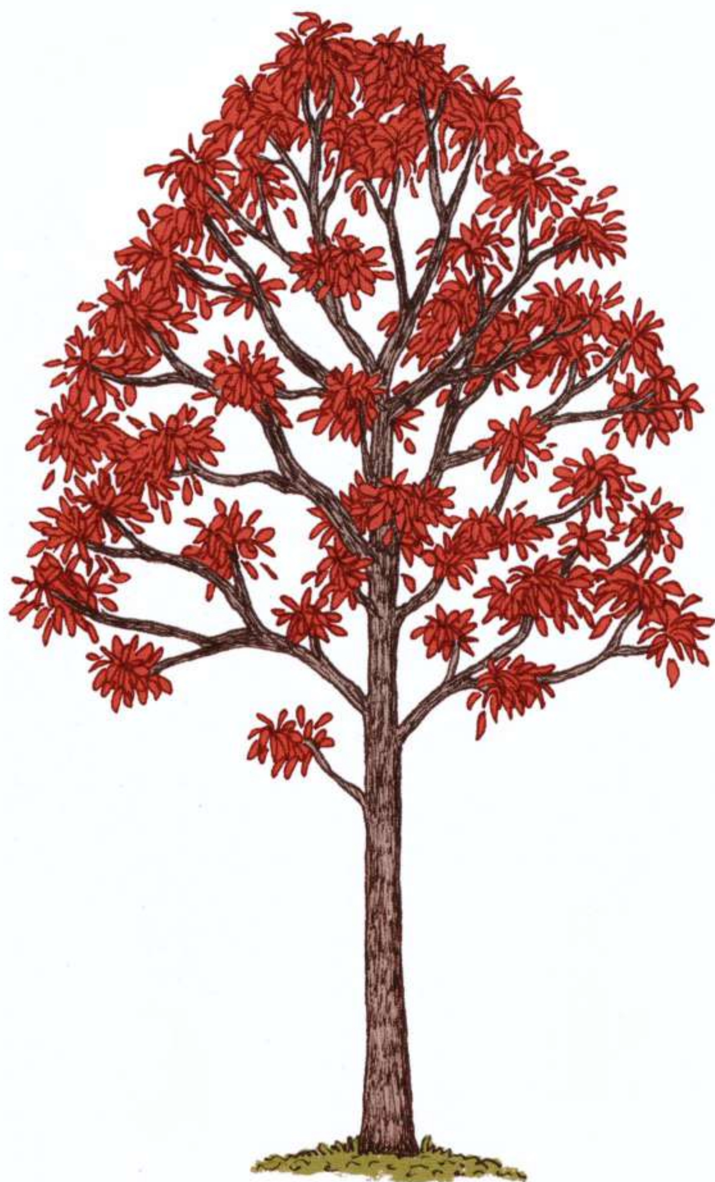
Chấp nhận giới hạn của bản thân

CỰ SAM



Ai trong chúng ta cũng có những lúc ép buộc bản thân quá mức và không bằng lòng với những gì nằm trong tầm với. Nếu bạn giống như vậy, hãy nhớ tới cây cự sam. Loài cây diệu kì này có thể cao lớn như một toà nhà chọc trời, nhưng chúng cũng biết khi nào nên dừng lại và xem xét tình hình. Cây cối có một hệ thống bơm nước lên tán lá để quang hợp vô cùng thông minh. Nhưng các định luật vật lí bảo rằng hệ thống này chỉ có thể hoạt động trong giới hạn độ cao 120 mét. Và cái cây cao nhất thế giới chính là một cây cự sam tên Hyperion cao 115 mét. Bạn hiểu rồi chứ?





Thay đổi theo mùa

HỒ TRĂN



Ngay phút trước còn là tháng Sáu với gió ấm len lỏi qua cành lá; vài phút sau đêm đã về với sương giá giăng khắp trời. Cũng giống như cây cối, chúng ta luôn tìm cách để sinh sống khoẻ mạnh trong những điều kiện khắc nghiệt. Cây mất nhiều nước qua lá, nhưng rất khó để bổ sung lại nếu mặt đất bị đóng băng. Bên cạnh đấy, những tán lớn cành lá rung rinh sẽ biến thành ác mộng nếu bão tuyết tới. Vì vậy các cây lá rộng như hồ trăn phải chấp nhận ngừng quang hợp trong một thời gian và rụng bớt lá. Mà chẳng ai bảo chúng không được thực hiện việc ấy theo một cách đẹp đẽ cả. Tán lá hồ trăn chuyển thành những đốm lửa đỏ rực rỡ trước khi rụng, sẵn sàng chờ mùa đông tới.

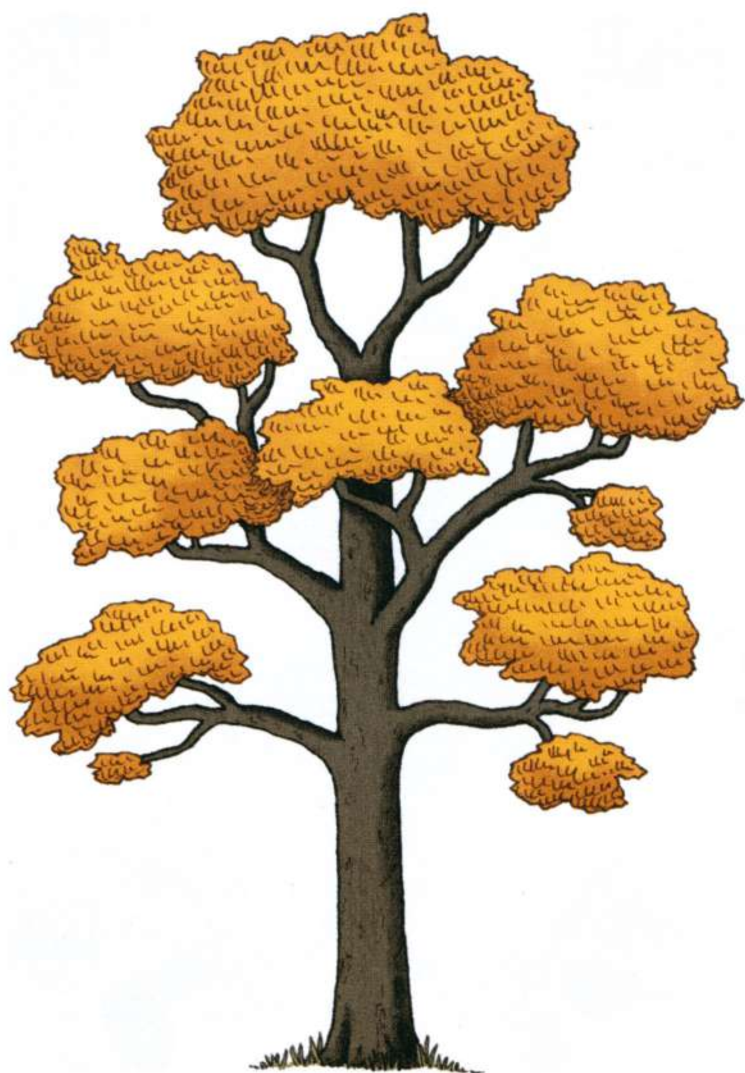
Tận dụng tối đa cộng đồng của mình

LINH SAM DOUGLAS



Giống như con người, cây cối cũng hưởng lợi từ một mạng lưới hỗ trợ. Các nhà khoa học từng tự hỏi tại sao những cây như linh sam Douglas lại mọc gần nhau, đe doạ khả năng nhận ánh sáng của từng cá thể. Hoá ra rễ của chúng có kết nối với nhau nhờ sự giúp đỡ của nấm trong đất, nghĩa là chúng có thể trao đổi dinh dưỡng lẫn nhau. Linh sam Douglas dùng kết nối này để nuôi dưỡng thế hệ sau, thậm chí giữ cho những gốc cây ngã tiếp tục sinh trưởng nếu chúng quan trọng đối với phần còn lại của cộng đồng. Và cộng đồng không chỉ có mình linh sam Douglas, chúng cũng sẵn sàng giúp đỡ các hàng xóm của mình, cho dù không cùng giống loài.



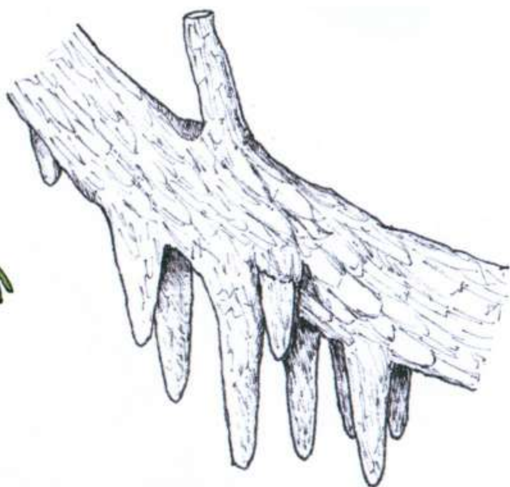
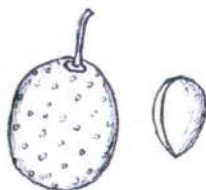
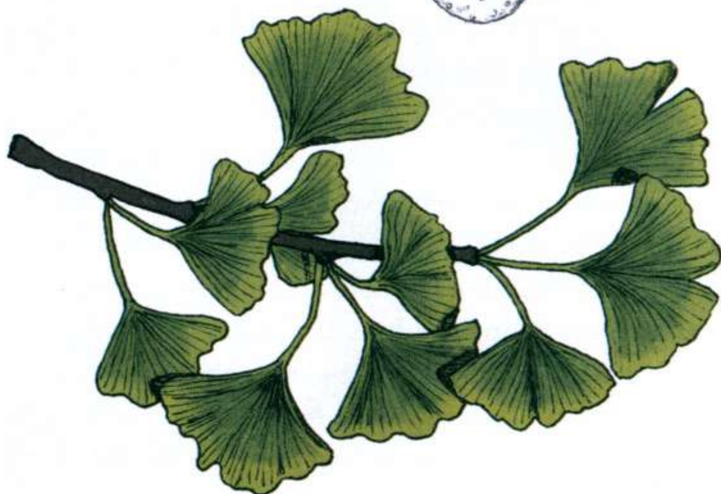


Yêu tuổi tác của mình

CÂY DƯƠNG



Chúng ta có xu hướng tập trung vào những điều tiêu cực của việc già đi và bỏ qua các đặc quyền nho nhỏ của sự trưởng thành và giàu kinh nghiệm. Cây cối thì không như vậy. Trên thực tế, chúng luôn cố gắng để già đi và tận hưởng điều đó. Cây dương là loài cây phát triển nhanh nhất ở Bắc Mỹ; cây non rất tham vọng và cạnh tranh, vươn mình cao tới gần 183 cm chỉ trong một năm. Tốc độ này chậm dần khi chúng lớn hơn, nhưng điều đó không có nghĩa là chúng dừng lại. Cây dương tập trung vào việc phát triển bề ngang, như những lực sĩ thể hình tuổi trung niên vậy, biến chúng trở thành bậc thầy chuyển hoá cacbon trong không khí.

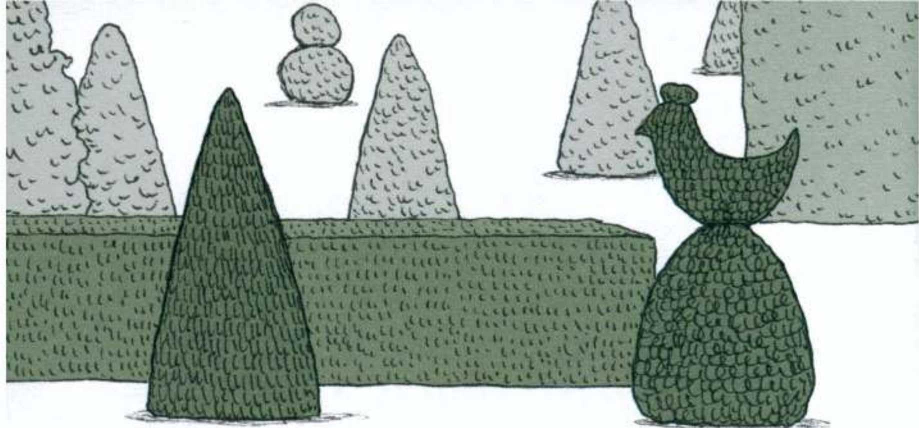





Chẳng ai hoàn hảo cả

BẠCH QUẢ



Nếu luôn tạo áp lực cho bản thân rằng phải xuất sắc trong mọi việc, chúng ta cuối cùng sẽ chỉ thấy căng thẳng và thất vọng. Cây bạch quả hoàn mĩ vừa cứng cáp vừa xinh đẹp, hoá thạch chỉ ra rằng chúng đã tồn tại tới hơn 200 triệu năm (một số cá thể tại đền thờ ở Trung Quốc được cho là đã trên 1500 tuổi). Bạch quả tồn tại được cả ở những thành phố ô nhiễm, thậm chí vẫn sống sót sau vụ nổ bom hạt nhân Hiroshima. Vào mùa thu, những chiếc lá hình quạt sẽ chuyển màu vàng rực rỡ. Tuy nhiên, quả của loài cây này lại có mùi vô cùng khủng khiếp. Thế đấy, bạn không thể có tất cả.

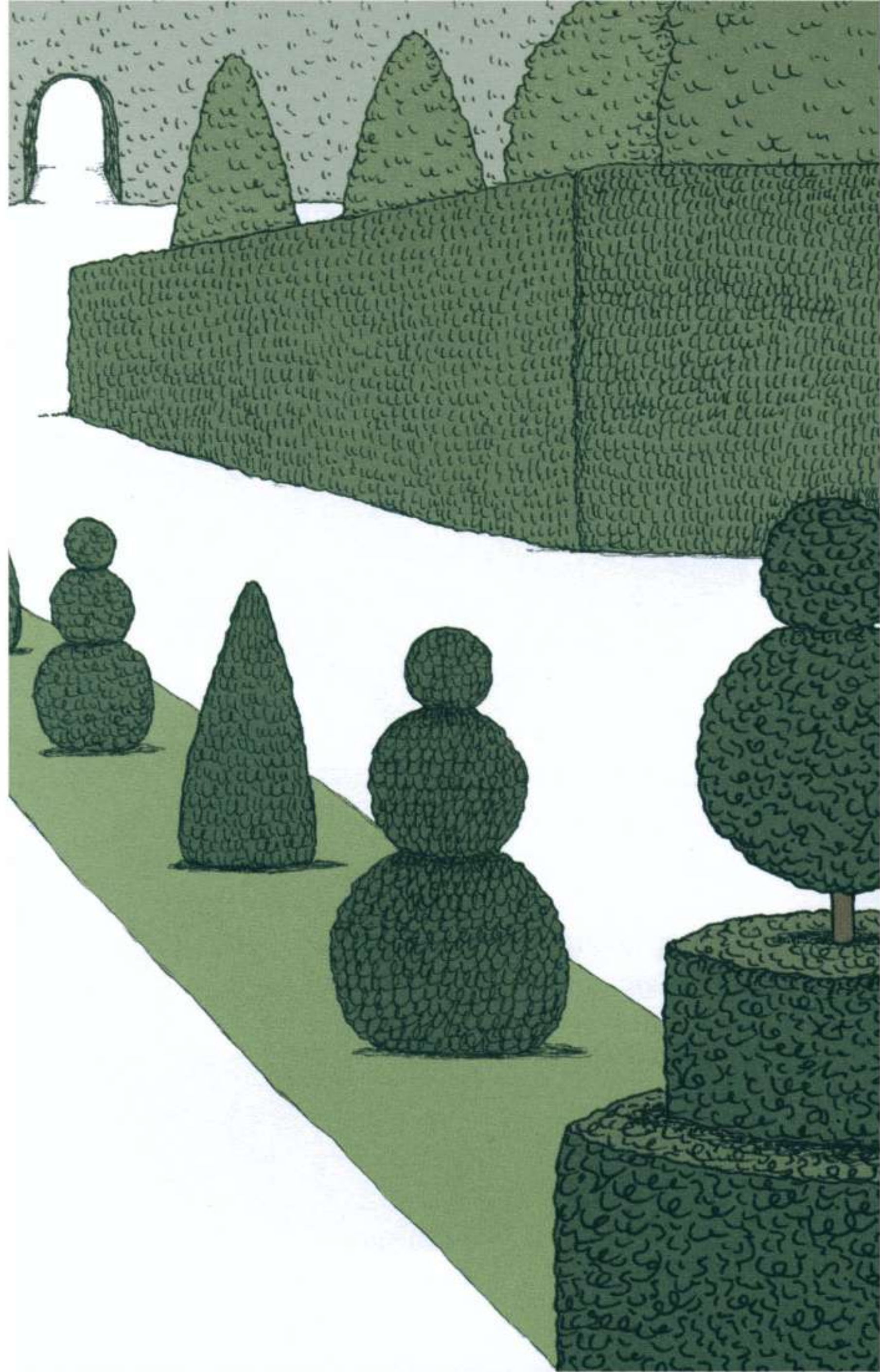


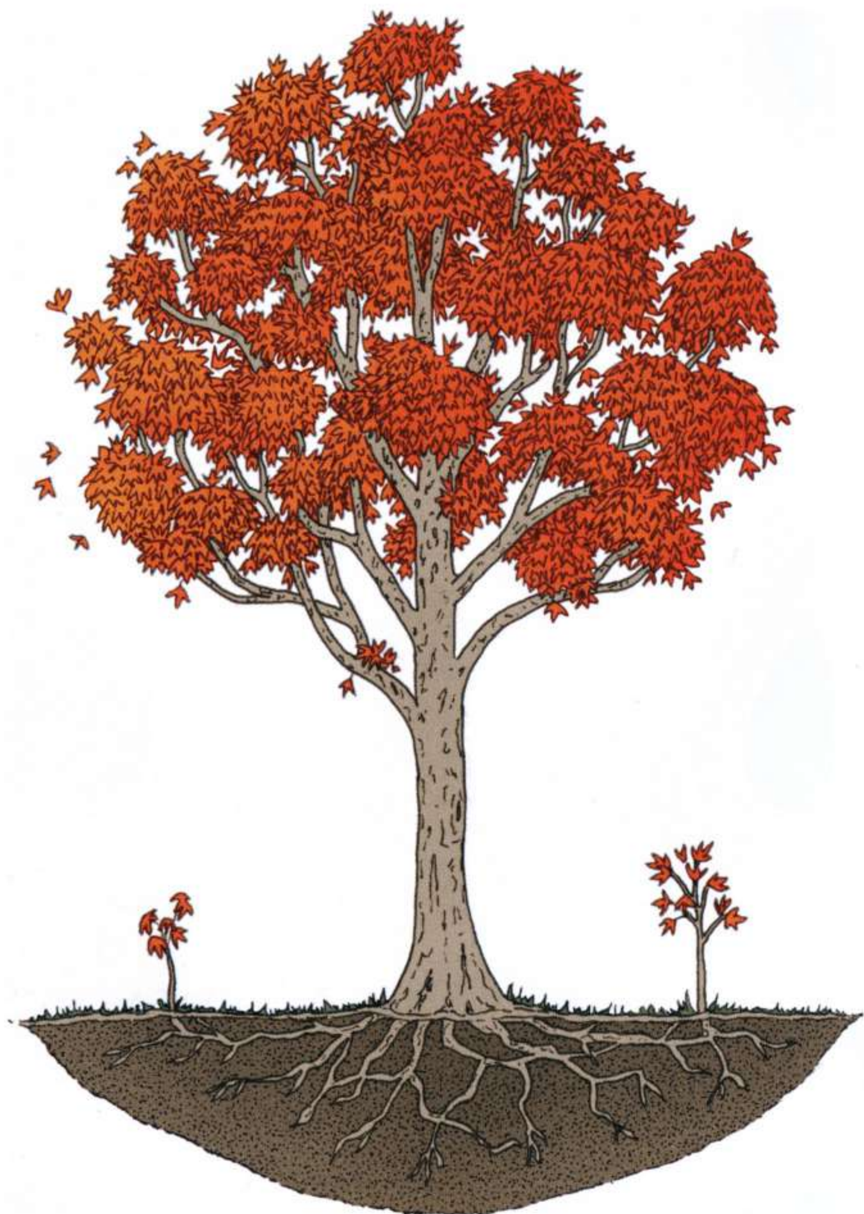
Biết buông bỏ

HOÀNG DƯƠNG CHÂU ÂU



Cây cối cũng bị va đập, bầm dập hay quật ngã – và dù không thể di chuyển, chúng vẫn biết cách tiến về phía trước. Thay vì tốn năng lượng để chữa trị những phần bị thương, hay chiến đấu với bệnh tật, cây cối cô lập khu vực đó để không ảnh hưởng đến các phần khoẻ mạnh còn lại. Hoàng dương châu Âu chính là bậc thầy quá khứ – chúng không đau buồn về những cành cây bị mất. Trên thực tế, việc tái phân bổ hormon sinh trưởng auxin còn giúp cây khoẻ mạnh và rậm rạp hơn. Và nhờ thế hoàng dương châu Âu là loài cây hoàn hảo cho việc làm hàng rào. Hoặc tạo hình cây cảnh, nếu bạn thích kiểu nghệ thuật này.



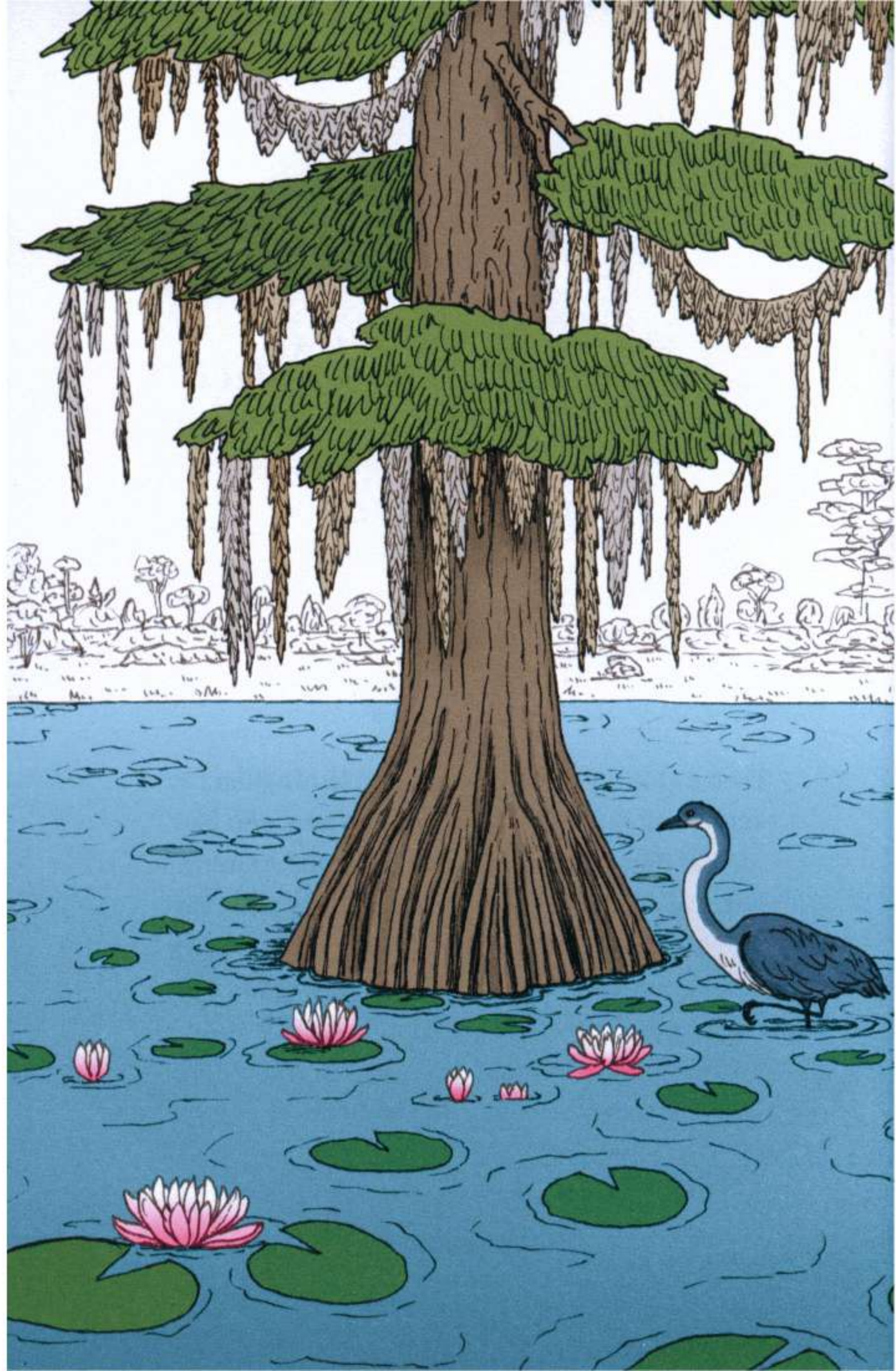


Chăm sóc thế hệ sau

PHONG ĐƯỜNG



Theo nghĩa nào đó, chúng ta đều là các thân cây nhỏ trong một khu rừng lớn. Vậy nên, nếu bạn đã bắt đầu đủ trưởng thành để có thể tự mình hấp thụ ánh nắng trên cao, đừng quên đám cây nhỏ bên dưới bạn nhé. Cây phong đường dùng rễ của mình để bơm đường cho những cây non đang vật lộn trong bóng râm. Hãy để ý xung quanh xem. Có ai đó trong khu rừng của bạn cần giúp đỡ một chút để phát triển không?

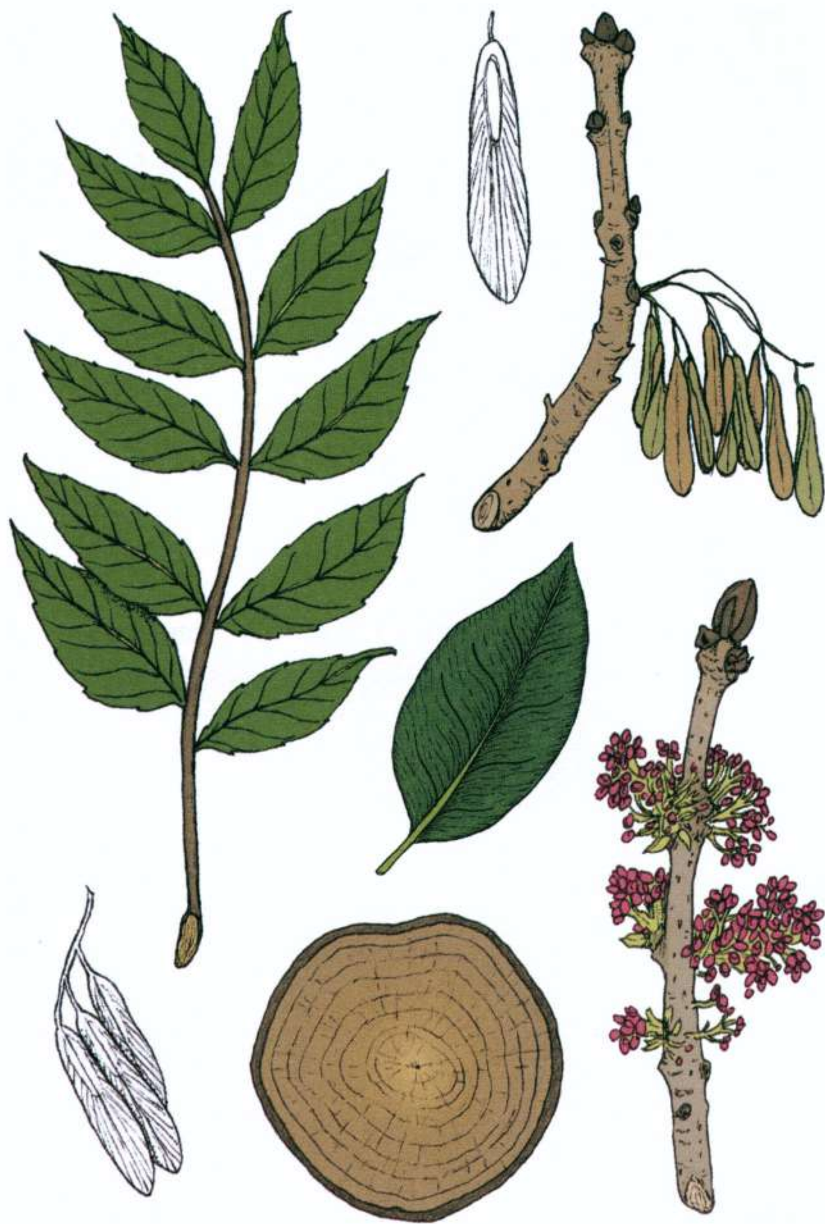


Sống chủ động

BỤT MỌC



Đôi khi chỉ một chút thời gian nghỉ ngơi và chăm sóc bản thân là đủ để ta cảm thấy tốt hơn. Nhưng cũng có lúc chúng ta vướng phải một vấn đề cụ thể cần các giải pháp thực tế. Nắm quyền chủ động và đương đầu với vấn đề có thể mang tới cảm giác khá quyền lực đấy. Cây bụt mọc ở đầm lầy hiểu rõ mình cần phải làm gì. Không chỉ phát triển một hệ thống vận chuyển không khí xuống bộ rễ nằm dưới nước, chúng còn giữ nước lũ, chống xói mòn cho vùng đất ngập nước của mình, và giúp giải quyết ô nhiễm nữa.



Tôn vinh sức mạnh của bản thân

TẦN BÌ



Chúng ta thường khó cưỡng lại việc so sánh bản thân với người khác. Nhưng cây cối hiểu rằng tự tin thật sự đến từ những giá trị bên trong. Tần bì là một trong những loại gỗ chất lượng nhất thế giới. Và cây thì cũng lớn rất nhanh. Nhưng vào mùa xuân, tần bì không chạy đua để trở thành cây đâm chồi nảy lộc đầu tiên. Trong khi dẻ gai và sồi thi nhau ra lá chen chúc, khiến không cây nào bên dưới chúng có thể sinh trưởng, tần bì lại có tán lá thoáng hơn, cho phép các cây khác đâm chồi được trong bóng của mình. Nói ngắn gọn: Tần bì là một loài cây mạnh mẽ và tự tin, nhưng lại không phải chỗ thích hợp để trú mưa.



Tự đứng trên đôi chân mình

THÔNG KAURI



Biết rằng mình đủ mạnh mẽ để đối mặt với những biến cố trên đường đời là nền tảng quan trọng để hình thành sự tự tin ở mỗi người. Thông kauri New Zealand hiểu rõ điều này. Chúng có thể sống đến cả nghìn năm, dù đơn độc một mình hay là một phần của quần thể rừng. Thông kauri tự lập không phụ thuộc vào ai một cách đáng ngưỡng mộ. Cũng có thể nói là may mắn, vì cần tới tận bảy người lớn mới ôm trọn được thân cây thông kauri to lớn.



Đón nhận sự đổi thay - ngay cả khi sợ hãi

SỒI QUẮN



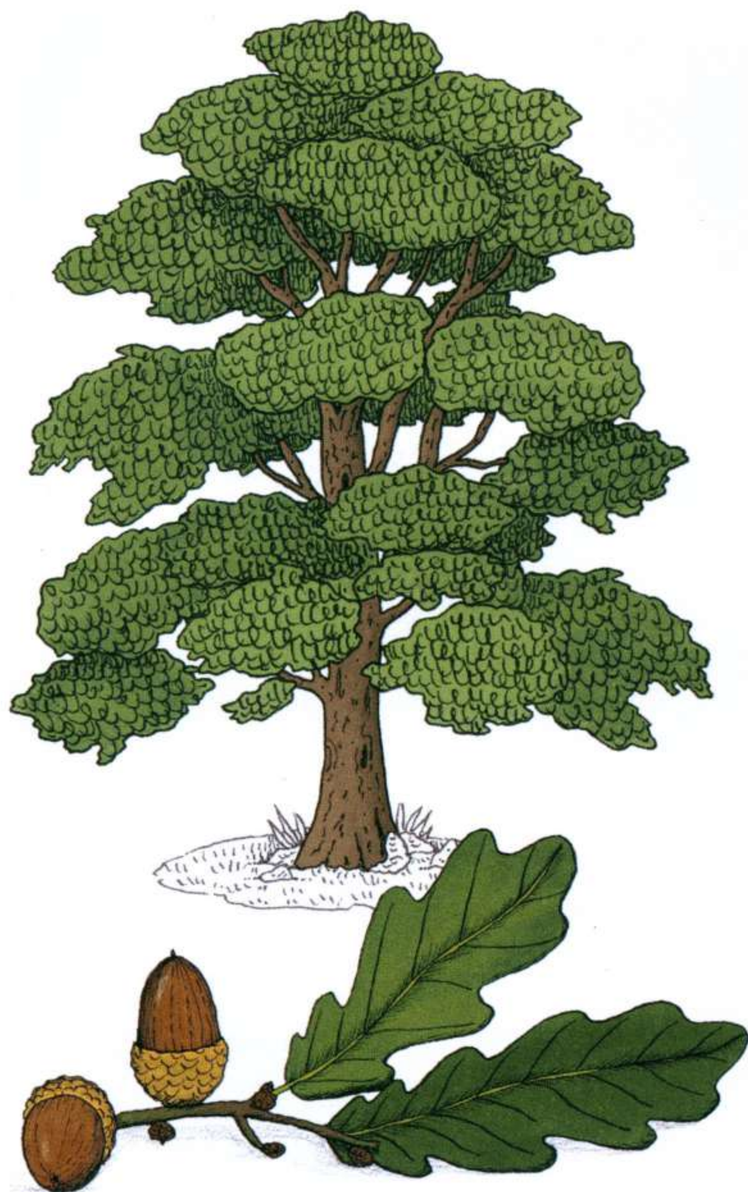
Cây sồi quắn Úc không phải là lính cứu hoả, vậy nên khả năng chúng thoát được khỏi một đám cháy rừng bột phát là rất thấp. Nhưng sồi quắn biết rằng kể cả một điều huỷ diệt như vậy cũng có thể dọn đường cho những cơ hội mới và đời sống mới. Sức nóng kinh hoàng của ngọn lửa thực chất lại khiến loài cây này giải phóng hạt giống của mình. Sau khi lửa thiêu trụi mọi thứ trên mặt đất, các hạt giống sồi quắn sẽ có thể tiếp cận nguồn sáng và dinh dưỡng mà trước đây chúng chưa từng có. Trong nguy có cơ, và sồi quắn thì luôn biết xoay xở để đón đầu điều ấy.

Tận dụng tối đa khoảng lặng

CÂY SỒI



Thiếu ngủ có hại cho cây không kém gì với con người. Sau một mùa hè bận rộn quang hợp, mùa đông là thời gian để cây ngủ đẫy giấc. Rụng lá thực chất là một quá trình khá tốn sức. Với các cây có lá chuyển nâu vào mùa thu như sồi, chúng hấp thụ chất dinh dưỡng vào thân rồi tạo một hàng rào tế bào giữa cành và lá trước khi để lá rụng. Nguyên cả quá trình khá là mệt nhọc. Thế nên sồi thu cành và cho phép mình đứng ngoài, hoàn toàn hài lòng với việc hoạt động rất ít trong suốt những đêm đông dài giá lạnh.

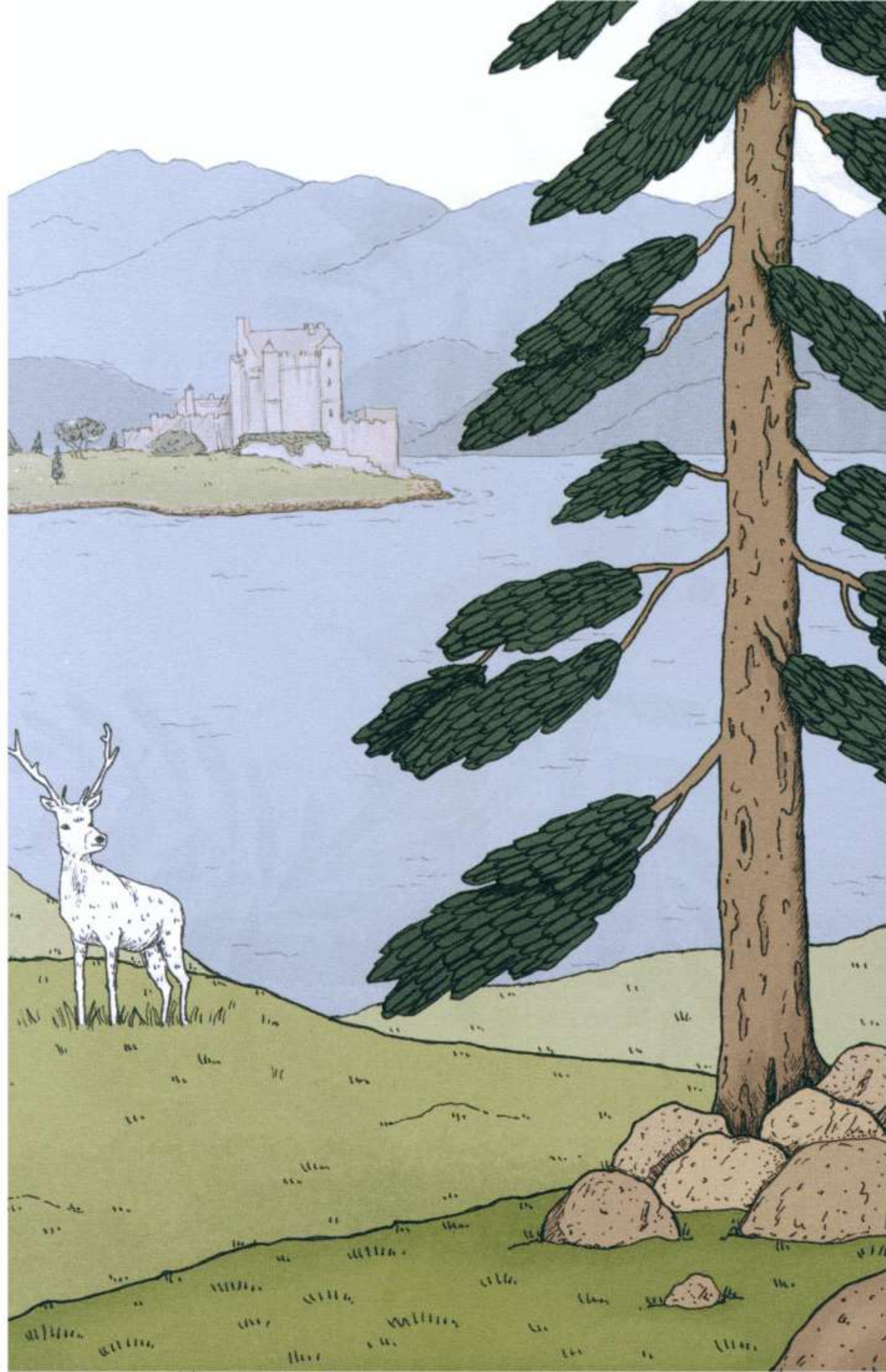


Kiên cường

THÔNG SCOTLAND



Dành thời gian để thấu hiểu bản thân cũng như các mong muốn của mình, rồi bạn sẽ kiên cường và tự tin như cây thông Scotland (dù có thể là bạn vẫn sẽ không muốn phải hứng chịu gió cao nguyên cả ngày như chúng). Loài cây này đã tồn tại ít nhất mười nghìn năm nên, công bằng mà nói, chúng có rất nhiều thời gian để chiêm nghiệm. Nhưng thật khó để không ngưỡng mộ và được truyền cảm hứng bởi loài cây bản địa cao lớn và mạnh mẽ này, sau tất cả những biến cố chúng đã trải qua trong suốt mười thiên niên kỉ tồn tại.





Trân trọng điểm mạnh của bản thân

THANH LƯƠNG TRÀ



Bạn hoàn toàn có thể sống tốt mà không cần phải là cái cây cao nhất, khoẻ nhất, hay đơm hoa nhất. Hãy nhìn thanh lương trà bé nhỏ khiêm tốn mà xem. Loài cây mọc chậm này có thể được tìm thấy ở khắp nơi, từ triền núi cho tới các khu vườn ngoại ô. Có lẽ bạn chẳng để ý đến sự tồn tại của thanh lương trà phần lớn thời gian trong năm. Cho đến khi chúng kết đầy trái mọng đỏ tươi vào mùa thu. Chim chóc yêu thích quả thanh lương trà và mang hạt của chúng đi khắp nơi – hạt của thanh lương trà còn chẳng nảy mầm cho đến khi được chu du qua hệ tiêu hoá của chim chóc nữa.



Vượt qua khó khăn

TÁO GAI



Nữ hoàng nhạc đồng quê Dolly Parton từng nói rằng: "Giông bão khiến cây cối bám rễ sâu hơn", và đúng là cây cối có thể thích nghi để sinh trưởng kể cả trong gió lớn. Khó khăn là không thể tránh khỏi, nhưng phản ứng thế nào là phụ thuộc ở ta. Cây cối đều muốn vươn thẳng, nhưng những loài cứng rắn như cây táo gai hiểu rằng không phải lúc nào chuyện cũng được như ý ta khi sống ở nơi trống trải. Gió thịnh hành thổi mạnh làm gãy các mấu cây, nên chỉ bên không hứng gió mới có thể phát triển, khiến cây mất cân bằng. Để không bị đổ, cây táo gai đã vươn thân và rễ sang phía đối diện, tạo thế cân bằng và không dễ bị đốn ngã trong giông bão.



Tính toán thời điểm

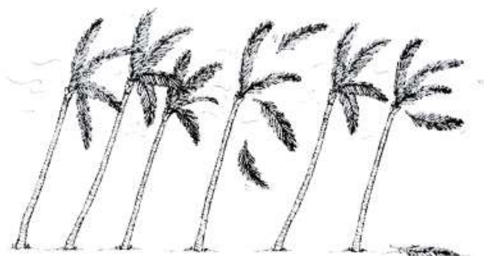
DẺ GAI



Nắm thế chủ động thì cũng tốt, nhưng vội vã hành động khi thời điểm chưa chín muồi lại hiếm khi mang lại kết quả tốt đẹp. Cây dẻ gai đa tài hiểu rõ điều này. Dù chúng nóng lòng được đâm chồi nảy lộc ngay khi mùa xuân đến và bộ rễ thì đã chuẩn bị sẵn sàng suốt cả mùa đông, dẻ gai vẫn đợi đến khi có ít nhất mười ba giờ nắng mỗi ngày rồi mới hành động. Những cây ra lá ngay khi tiết trời vừa ấm lên thường sớm phải hối hận. Giống như bạn vội vã xỏ dép lê lúc thấy tia nắng đầu tiên của mùa xuân, rồi mặt trời ngay lập tức bị mây che và chân bạn thì tê buốt.







Đừng níu giữ những gì kìm hãm bạn

CỌ NÚI PUERTO RICO



Kiêu ngạo là một thứ khá hài hước – nó làm ta cảm thấy thật mạnh mẽ, nhưng cũng có thể khiến ta ngã đau. Đôi khi chúng ta chỉ cần khiêm nhường để vượt qua giông bão. Hãy như cây cọ núi ở Puerto Rico. Tại vùng nhiệt đới, bão là một phần của cuộc sống, nhưng lại vô cùng nguy hiểm với những cây cao. Vì vậy, giống như phần lớn các giống cọ, cọ núi Puerto Rico không hề ngần ngại bỏ bớt lá khi gió mạnh. Những chiếc lá chắc chắn là rất quan trọng, và nhìn thì cũng đẹp mắt, nhưng cọ núi Puerto Rico cần thu mình nhỏ nhất có thể để sống sót được qua bão tố. Sau khi bão đi qua, chúng luôn có thể mọc thêm nhiều lá mới.



Sống chan hoà

TUYẾT TÙNG ĐỎ



Một trong những bài học lớn nhất từ cây cối là biết chấp nhận và trở thành một phần của sự đa dạng quanh mình. Cây tuyết tùng đỏ vĩ đại của vùng Tây Bắc Thái Bình Dương nhìn có vẻ sống độc lập và tự chăm lo cho riêng mình được, nhưng chúng lại thích sinh trưởng theo nhóm hoặc sống trong rừng, nơi rễ của chúng đan xen và san sẻ với nhau. Chim chóc giúp phát tán hạt giống của tuyết tùng đỏ, còn côn trùng và lưỡng cư có thể trú ngụ trong thân và cành của cây.





Thoát khỏi lối mòn

SUNG DÂU



Can đảm thử nghiệm những điều mới mẻ sẽ có thể mở ra cơ hội để phát triển bản thân. Có ít nhất sáu mươi nghìn loài cây khác nhau trên hành tinh của chúng ta. Con số khổng lồ như vậy là bởi sau hàng nghìn năm, cây cối đã học cách thích nghi với nhiều điều kiện khác nhau. Cây sung dâu lanh lợi là một ví dụ. Chúng đã học cách biến hạt của mình thành những chiếc máy bay nhỏ và nhờ vậy gió có thể mang các hạt giống lớn ra xa khỏi bóng cây mẹ, thay vì phải ra quả để thu hút chim chóc và động vật. Hãy nhớ rằng – người can đảm dám làm mới có thể trở thành người đầu tiên vươn xa.

Tận hưởng hành trình

SỒI BẦN



Cuộc sống là một hành trình, và dù mọi thứ không phải lúc nào cũng theo đúng kế hoạch thì bạn vẫn nên học cách khiêu vũ trong mưa hơn là chỉ ngồi chờ bão qua. Cây sồi bần đặc biệt có tài trong việc này. Chúng có lớp vỏ dày và dai giúp bảo vệ bản thân khỏi mọi bất trắc, kể cả là cháy rừng. Và thậm chí khi dân bản địa bóc lớp vỏ này để làm nút bần cho chai rượu vang, chúng cũng không mảy may phiền muộn. Sồi bần chẳng màng đến chuyện chúng trông trần trụi mà chỉ tập trung vào việc tái tạo vỏ cây. Khả năng tự phục hồi và tính độc đáo khiến sồi bần trở thành bậc vua chúa trong giới cây cối và đặc biệt quý giá ở quê nhà Bồ Đào Nha của mình.



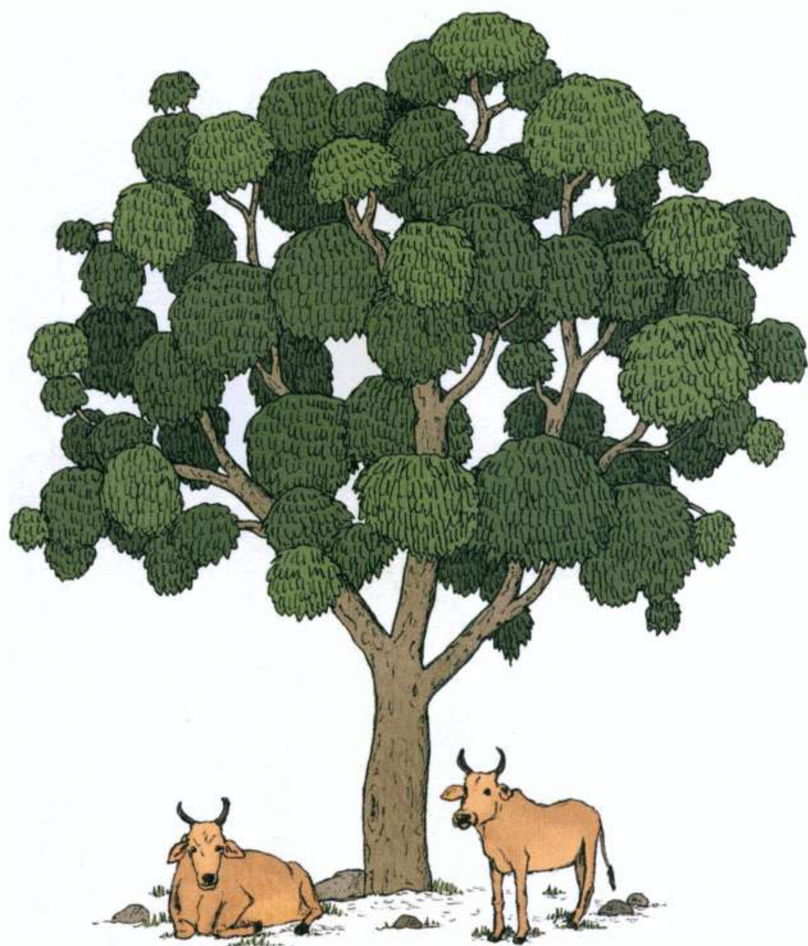
Đừng hoang phí

HÀ BÁ BẮC MỸ



Cây cối là bậc thầy trong việc tận dụng tối đa nguồn lực và sử dụng chúng một cách hiệu quả nhất. Những loài như cây hà bá Bắc Mỹ nhìn tưởng chừng chỉ biết khoe khoang những chiếc lá rực rỡ của mình vào mùa thu, nhưng thực ra chúng tiết kiệm một cách đáng ngưỡng mộ. Trước khi bỏ đi những chiếc lá của mình, các cây rụng lá như hà bá Bắc Mỹ sẽ tái chế bất cứ thứ gì có thể hữu ích cho năm sau. Chúng tái hấp thụ diệp lục, khiến lá cây chuyển màu vàng cam của chất carotenoid và sắc tím đỏ của anthocyanin còn sót lại. Tái chế chưa bao giờ đẹp đẽ đến vậy.





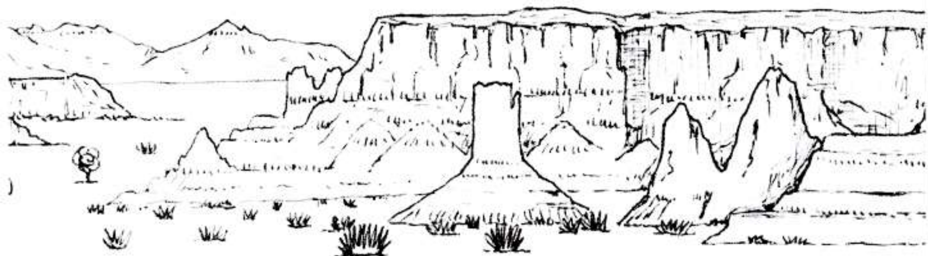
Che chở cho người khác

SẦU ĐÂU



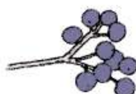
Mối quan hệ với những người xung quanh là điều vô cùng quan trọng – chúng ta đều cần tình thương yêu và được gần gũi với người khác; chăm sóc ai đó làm ta cảm thấy có mục tiêu và đồng cảm, giúp giảm thiểu căng thẳng và mệt mỏi. Tại quê nhà Ấn Độ và Pakistan, cây sầu đâu thường sinh trưởng và toả bóng mát ở các khu vực hạn hán gần như không loài cây nào khác sẽ sinh sống. Lá sầu đâu có thể ăn được và chứa rất nhiều chất chống côn trùng, trong khi mật cây thì rất được loài ong yêu thích. Không hề bất ngờ gì khi loài cây hào phóng và hữu ích này rất được lòng cư dân nơi đây.





Mạnh mẽ bám rễ

BÁCH XÙ



Cây cối đã chứng minh cho chúng ta thấy rằng mình có thể tồn tại ở bất kì đâu nếu bộ rễ của bản thân bám chắc và mạnh mẽ. Hãy nhìn cây bách xù mà xem. Chúng sinh trưởng trong những vùng đất khô cằn như bang Utah (Mỹ) và nhìn như thể được mọc lên từ đá tảng. Bách xù có một rễ chính neo vào đá và đâm sâu xuống dưới mặt đất tận 12 mét để tìm kiếm nước. Rễ của chúng khoẻ đến mức có thể xuyên qua các khe đá. Bách xù cũng có những rễ phụ lan nông quanh gốc để có thể nhanh chóng hấp thụ nước mưa trước khi chúng bay hơi.

Bạn không cần phải là trung tâm của sự chú ý

BẠCH DƯƠNG



Tự hào về công việc của mình, dù nó có vẻ khiêm nhường đến đâu, có thể mang đến sự hài lòng thực sự. Bạch dương đã cần mẫn làm việc suốt từ kỉ băng hà cuối cùng. Mỗi khi có một khoảng đất trống, những hạt bạch dương bé xíu sẽ hạ cánh, bén rễ và làm đất tơi xốp, sẵn sàng cho các loài khác bén rễ. Với vòng đời chỉ tám mươi năm, bạch dương sẽ sớm ngã xuống và để các cây non khác tiếp nối công việc của chúng, mà không cần một lời cảm ơn.





Cân nhắc hướng nghiêng mình

BÁCH TÁN NAM



"Cây đổ về phía nó nghiêng," nhà văn Dr. Seuss đã nói như vậy, nên hãy đảm bảo rằng bạn nghiêng về đúng thứ và đúng người. Thường thì cây cối thích mọc thẳng; các tế bào của cây chứa những cấu trúc hình túi tạo nên thiên hướng mọc thẳng. Nhưng cây bách tán nam vừa cao vừa mảnh thì lại sáng tạo hơn một chút: chúng thích mọc nghiêng. Dù sinh trưởng ở đâu, bách tán nam đều mọc nghiêng về phía xích đạo, với độ nghiêng tuỳ thuộc vào khoảng cách của cây tới xích đạo. Các nhà khoa học cho rằng thiên hướng mọc nghiêng này là để tối đa lượng ánh sáng mặt trời mà cây có thể hấp thụ tại những vĩ độ khác nhau. Vì vậy, giống như bách tán nam, hãy cố gắng nghiêng mình về phía những điều tốt cho bạn nhé.

Hãy linh hoạt

CÂY PHỈ



"Cứng quá dễ gãy" chắc chắn là điều cả cây và người đều nên ghi nhớ. Cây cối phải dẻo dai nếu không muốn bị những cơn gió mạnh đốn hạ, cũng giống như chúng ta cần khéo léo khi cuộc sống gặp bất trắc. Về khả năng tự phục hồi và linh hoạt thì cây phỉ chính là bậc thầy trong giới thực vật. Mỗi năm, phỉ đều đâm chồi mới từ thân chính. Những chồi này sẽ trở thành các nhánh phụ dẻo dai và rất hữu ích với loài người hàng nghìn năm nay. "Cứng rắn nhưng dẻo dai" – Hãy sống như cây phỉ nhé!





Hạnh phúc là một lựa chọn

TỬ ĐINH HƯƠNG



Theo lời bài hát *Ac-Cent-Tchu-Ate the Positive* nổi tiếng, bạn nên tập trung vào mặt tích cực và loại bỏ những gì tiêu cực. Nếu cần nhạc nền của riêng mình, chắc hẳn cây tử đinh hương sẽ chọn bài ca này. Tử đinh hương biết rằng quyết định tập trung vào mặt tốt là bước đầu tiên để chạm đến hạnh phúc. Loài cây nhỏ bé này thường sinh trưởng trong khu vực đất cằn cỗi hay thành thị ô nhiễm, nhưng hai tuần mỗi năm, những chùm hoa tử đinh hương xinh đẹp sẽ nở rộ và thu hút vô số ong bướm đến thăm.

Dự phòng cho tương lai

BẠCH ĐÀN



Sống trọn vẹn trong hiện tại sẽ dễ dàng hơn nếu bạn cảm thấy an tâm với những gì có thể sẽ xảy ra trong tương lai. Biết rằng mình có một chỗ dựa nào đó – dù là về cảm xúc, thực tiễn hay tài chính – cũng giúp ta vững tâm hơn phần nào. Tương tự như vậy, bạch đàn mong rằng bất cứ đám cháy rừng nào tại quê nhà Úc châu cũng sẽ qua nhanh và thân chúng thì chỉ bị sém một chút. Tuy nhiên, nếu mọi chuyện trầm trọng, bạch đàn luôn có phương án dự phòng. Chúng phát triển một bọng cứng trên rễ để dự trữ chất dinh dưỡng, và từ đó một cây bạch đàn khác sẽ mọc lên nếu cây gốc chết. Trong trường hợp mức thiệt hại không tồi tệ đến thế, bạch đàn cũng có thể đâm chồi mới từ thân cây. Nói cách khác, chúng luôn có khoản dự phòng.





Kết nối với đời sống tâm linh

BỒ ĐỀ



Có nhiều cách định nghĩa khái niệm "tâm linh" như số lượng chủng loại cây vậy. Nhưng dù có nghĩa là gì, nó cũng bắt đầu bằng việc kết nối với tiếng nói bên trong để dẫn bạn đến với cảm giác bình an. Bồ đề, hay cây giác ngộ, là một trong những loài cây "tâm linh" nhất của giới thực vật. Vào thế kỉ thứ 6 trước Công nguyên, Đức Phật đã giác ngộ khi thiền định dưới tán cây bồ đề. Từ Pakistan, đến Ấn Độ rồi qua Myanma, bồ đề luôn là biểu tượng cho kết nối tâm linh của cuộc sống. Các ngôi chùa được xây dưới tán cây bồ đề, vậy nên cũng có thể nói "đến thăm cây bồ đề" đồng nghĩa với việc cầu nguyện. Với tuổi thọ có thể lên đến 1500 năm, bồ đề là minh chứng tiêu biểu cho sự thoải mái và sức mạnh mà chúng ta có thể có từ niềm tin tâm linh tích cực.

Chỉ mục



Gỗ guarea
58



Gỗ trăn
24



Hà bá Bắc Mỹ
108



Hoa
anh đào *65*



Hoàng dương
châu Âu *78*



Hồ trăn
71



Keo châu Phi
45



Cây liễu
20



Linh sam bạc
34



Linh sam
Douglas *72*



Linh sam
nhựa thơm *51*



Máu rồng
61



Mận gai
19



Nhựa két
57



Nhựa ruồi
38



Olive
41



Óc chó đen
27



Cây phỉ
118



Phong đường
81



Phong
Nhật Bản *6*



ANNIE DAVIDSON

Annie Davidson là một hoạ sĩ sống tại Melbourne (Úc). Tranh minh hoạ của cô được lấy cảm hứng từ các bản in khắc gỗ, nghệ thuật vẽ thực vật của Nhật Bản và thế giới tự nhiên - đặc biệt là rừng rậm, thiên nhiên vùng nhiệt đới, những rặng san hô và vườn xương rồng. Cô từng cộng tác với Lonely Planet, Converse cùng nhiều thương hiệu nổi tiếng khác.

Bạn có thể tìm hiểu thêm về những tác phẩm minh hoạ kì diệu của cô tại trang Instagram:

@anniesarahdesign

hoặc website:

www.anniedavidson.bigcartel.com



LINH HOẠT HƠN. KIÊN NHẪN HƠN. LẠC QUAN HƠN. HÃY SỐNG NHƯ NHỮNG CÁI CÂY.

Cây cối không có não bộ để suy nghĩ, hay hệ thần kinh tạo cảm xúc, nhưng ta không thể phủ nhận rằng chúng rất thông minh và đáng ngưỡng mộ vô cùng. Sinh trưởng khoẻ mạnh trong những điều kiện khắc nghiệt, lặng lẽ phòng thủ trước các vị khách không mời, hay đơn giản chỉ là cố gắng hết mình để tận hưởng ánh nắng mặt trời... Tất cả đều cho thấy khả năng sinh tồn vô hạn của cây cối.

Từ tầm quan trọng của sự kiên trì và sức mạnh của tập thể, đến cách vượt qua sóng gió và đối mặt với các lo toan vụn vặt thường ngày - Hãy quên những người nổi tiếng trên mạng đi! Sự thông thái và cảm hứng cho nguồn hạnh phúc bất tận trong đời sống vẫn luôn ở ngay gần bạn.



Young Books • Young Minds

ISBN: 978-604-2-26387-0


9 786042 263870


8 935244 854664

Giá: 70.000đ

6222800010015